

MACROCOSMO

REVISTA ESPIRITA NATURISTA ÒRGANO DEL CENÁCULO EL PROGRESO DEL ALMA

Año II * Barcelona, Agosto de 1934 * Núm. 14

BUSCANDO LA PAZ

Médicos más o menos naturistas. -- Vividores. -- Frescos. -- Curanderos. -- Instructores y empíricos más o menos naturistas

POR MÁXIMA

En cumplimiento de lo prometido, pasa, hoy, Máxima, a tratar del espinoso tema anunciado. Al abordarlo lo hace implorando de la Divinidad toda aquella cantidad y calidad de iluminación y Paz interna que sea menester para no mojar la pluma en la cloaca pestilente de la humana pasión, y así poder innominadamente evidenciar siquiera un algo las causas determinantes de aquellos morbosos efectos, que hace tantos años tiene divididos a los directores del Naturismo en España, para, de momento, no citar a otras naciones.

En el estado de tales causas, ¡qué claro ve los motivos de lo ocurrido siempre hasta el presente, y cómo con dolor presiente lo que todavía durante muchísimo tiempo habrá de ocurrir!

Sin proponérselo, traza mental parangón con lo ocurrido en el campo espírita, tanto o más dividido que el naturista, y llega al triste convencimiento que una misma causa habrá de producir indefectiblemente los mismos efectos actúe donde sea, y se encubra bajo la etiqueta física que quiera imponer. Esta causa genérica de todas las demás, es la imperfección humana, la forma farisaica y pasional de vivir la Vida en este mundo, forma en la que se intenta siempre hacer prevalecer el criterio subjetivo en contra del beneficio general. No deja de reconocer y agradecer la pobre Máxima, que varios son los que así actúan inconscientes, esto es, firmemente convencidos de que su actuación es sana, generosa, humilde y, sobre todo, encaminada a beneficiar a la hermana humanidad. En el estudio de estas voluntades, acaba siempre por encontrar que al hallar ellas, a su vez lo que tenían que encontrar de obstáculos a sus buenos propósitos, se descentran, se indignan, y en vez de estudiar con serenidad a dichos obs-

táculos para en beneficio general poderlos superar, las ve a las unas, retirarse al ostracismo más riguroso, desengañadas, asqueadas del mal cumplir de las demás; a las otras, las halla en plena lucha fratricida empeñándose en destruir el obstáculo de turno y, para conseguirlo, ahincarán sin escrúpulo en el sagrado de la vida íntima del obstáculo sin acordarse, y muchos desconociendo aquella cristiana máxima tan verdadera y elocuente, de que solamente tiren la primera piedra aquellos que no tengan todavía el tejado de cristal, y finalmente, forman legión a los que ve, que ante el espectáculo de los unos y los otros, se burlan o asquean a su vez, y declaran que aquel Ideal, el que sea, es una pefecta utopía y que para convencerse basta y sobra el actuar de los pretendidos dirigentes.

Siguiendo Máxima en su análisis, por lo que respecta a Naturismo, se propone estudiar la actuación de los que pretenden trazar surco a los demás, y empezando por los que se creen mejor preparados, por su carrera científica, lo primero que en ellos encuentra es que el médico naturista no existe en España, y que todos aquellos conocimientos que la carrera alópata les ha proporcionado, solamente podrá servirles de un estorbo para luego por Naturismo integral poder bien aconsejar a los pacientes en su intento de curar. Después de 14 *años de estudio, bachillerato comprendido, cuando ya en posesión del título oficial de licenciado en medicina, se sienten un algo autoridad, los más, muchos por rutinación y todos entre conscientes e inconscientes por algo de vanidad, buscan el título de doctor, cosa que se obtiene muy fácilmente, pues el Estado explota dicha vanidad vendiendo los títulos de doctor bastante caros, y cuanto más pueda vender para él mucho mejor. Sigue Máxima en su estudio del galeno español, y como no ignora que las universidades* fabrican *más médicos que los enfermos, a pesar de serlo todos los encarnados podrán sostener, los ve practicar un forcejeo no siempre noble para abrirse paso. En este triste actuar, después de tanto estudiar algunos, y hacerlo ver los más, luego de gastarse las familias tanto dinero, seguros de que ya médico el hijo se habrán de resarcir, se encuentra el flamante doctor y familiares perplejos ante la cruda realidad. Renuncia Máxima a presentar los pintorescos casos que a cientos conoce para detenerse únicamente en aquellos que deciden ser médicos naturistas para ver si así por snobismo aunque sea, pueden conseguir formarse una clientela, que les permita vivir, pero como Máxima no ignora que tales pobres discípulos de Hipócrates están por completo ayunos de los conocimientos indispensables para por Naturismo poder a los demás aconsejar, es consciente y benévola que Máxima estudiosa al seguir la nueva trayectoria del galeno, los ve agarrados como en sus tiempos de estudiante, a aquellos libros de Kune, Kneipp, Priessnitz, Schroth, Rikli y tantos otros, que aunque ninguno fué médico, ni siquiera bachiller, son aunque ahora muchos no quisieran sus verdaderos maestros en el arte de curar; los ve con afán leer revistas naturistas nacionales y extranjeras, e incluso ve alguno que otro que hace un viajecito al extranjero para estudiar de más cerca y mejor, la manera de actuar en tal o cual ciudad alemana, para luego al final, verlos a todos creyéndose ya ultra bien preparados nominarse como a doctores naturistas y como a tales cobrar.*

El estado español, que ya explotó lo bastante, cierra paternalmente los ojos ante esta ilegalidad y los deja hacer.

Siempre en el estudio de sus trayectorias los ve Máxima luchar por el mendrugo desaforadamente, quienes fundan una revista naturista (!), en la que sólo se habla de un solo doctor, *quienes aconsejan a sus enfermos el uso de fajas u otros aparatos ortopédicos, y el uso y el abuso de los específicos llamados naturistas para curar y alimentar... a los fabricantes de tales nocivos y antinaturales productos, y a los médicos* naturistas *que los recetaron por las comisiones que perciben. ¡No faltaba más! Ve a muchos bullir y rebullir, dando conferencias públicas sobre temas naturistas, cursillos, mitines, congresos, asambleas, siempre todo muy naturista, epidermáticamente, pero perforando un algo la epidermis, Máxima los ve al desnudo darse entre sí lo que cada uno tenga para dar; a todos los ve murmurarse despiadamente, sacarse los trapitos al sol, mejor diría a la sombra por ser práctica corriente en tales agresiones, verificarlas contra la víctima ausente. Los ve en las asambleas jalearse y aplaudirse unos a otros, a todos felicitarse por el gran éxito de la reunión, y luego... luego pasan unos, meses solamente y aquellos que tenían que llevar el timón para la extensión y fomentación del Naturismo, desaparecen despreciando a los demás y poniéndolos* verdes, *por citar algún color. Los*

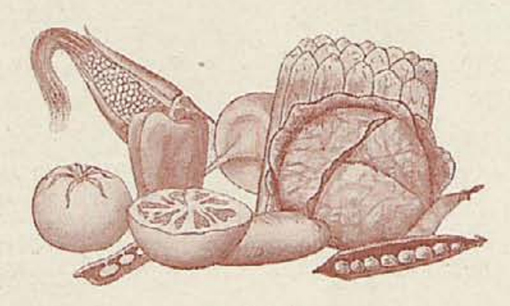
verdes *no estando todavía en grado de enmudecer replican y quieren demostrar que los primeros son los únicos causantes del fracaso, pero que, ahora ellos actuarán de firme, y los demás verán, y Máxima repite su benévola sonrisa y teme muy justamente, que pasados algunos meses del* éxito *de turno, vendrán otros fracasos del que tampoco, como siempre, querrá ninguno de ellos la culpa. Por último, los ve en sus impresos vanidosos con sus títulos de ex, etc., en tal o cual ciudad o facultad extranjera, que en la mayoría de los casos se trata únicamente del anzuelo para poder pescar. Los halla divididos en trofólogos y no trofólogos, y a muchos de ellos presentándose como a autores de sistemas curativos naturistas muchísimos mejores que todos los demás, y finalmente y para puntualizar, no por agotado el tema de su estudio, sino porque quiere respetar ciertos terrenos de la individualidad, encuentra que en el conjunto de los estudiados, pudo apreciar en sus prácticas todo lo contrario de sus prédicas, ya que controló avaricia, lujuria, murmuraciones y toda la gama grosera pasional, en aquellas leyes pendientes todavía de vencer en cada uno de por sí, como también en algunos que son fumadores empedernidos, bebedores de alcohol, y en dietélica adoradores y practicantes de un sistema mixto y suicida por demás.*

Entonces, Máxima, revive en su pobre naturista aspiración, lo que tantas veces aspira ver cristalizar en la práctica en los que abracen la labor (no la carrera) de dirigir la curación de los demás por Naturismo integral, y al revivirla ve desfilar cual película mental, a un tipo, sea hombre o mujer, que empiece por presentarse ante sus hermanos de humanidad, en lo externo y por vestirse, en aquel traje, el más liviano que la resistencia de su físico le pueda permitir, y así, casi desnudo, ir dando el ejemplo en el comer, beber, dormir y que todo vaya de acuerdo siempre con el aconsejar, y ambas cosas rigurosamente incluídas en el marco del Naturismo integral, sin transigir nunca por no perder enfermos, con los vicios y aprecios de los pacientes en los que habrá de verse siempre pobres hermanos enfermos en lo físico y en lo moral.

También en el tipo mental por Máxima concebido, ve a la voluntad en práctica de médico naturista generoso, no impulsivo, acogedor, respetuoso, humilde, muy humilde, no permitiendo jamás que su nombre, sus actos, sus retratos, sean los factores que fomenten una posible vanidad, y por el mismo motivo le ve luchando en lo individual y en lo colectivo (asambleas, congresos), queriendo a todos convencer de que se debe acordar la suspensión de los aplausos, de los títulos y nombres en las revistas y en todo acto naturista, y en resumen, y como demostró Jesús lo ve valeroso y sereno rompiendo rutinas y moldes por doquier, resistiendo impasiblemente los dardos que le clavará la incomprensión, que no ignoraba que tenía que encontrar al así actuar a su alrededor.

Máxima se detiene unos instantes... luego, uno a uno va repasando a todos los médicos que naturistas se anuncian en España, y un algo se detiene en uno, al que acepta como a una posible esperanza para un mañana mejor, luego, hace todas las excepciones de la regla general estudiada que sea menester, y aunque tan pocas son y además muy relativas, también en ellas se abriga un algo y agradece con relación a un más profundo incremento del Naturismo integral.

Y ahora que Máxima trató ya de los médicos más o menos naturistas, primer factor de los que se propone ir estudiando, aquí puntualiza hoy, en gracia a la falta de espacio que puede disponer y promete a sus benévolos lectores continuar dicho estudio suplicando a todos finalmente sepan tener la paciencia suficiente para no formar criterio hasta llegar al final.



UNA EXISTENCIA

Francia. Bajo el palio intensamente azul del cielo y oculta por los bosques que le rodeaban, se erguía altiva y mayestática, la señorial mansión de los aristocráticos señores de X.

Puesta en venta por sus dueños la tal mansión, fué adquirida por una acomodada y distinguida familia, que recientemente se había instalado en ella por consejo del doctor, a fin de mejorar en lo posible la delicada salud de su hija. Ella, la enferma, era una joven de diez y ocho años, llamada Elena: era bella, muy bella; de faz nacarada, de purísimas facciones, de ojos de cielo y rubios cabellos, los cuales, peinados artísticamente en preciosos rizos, enmarcaban como una aureola de oro su precioso rostro y descansaban sobre sus níveos y esculturales hombros. Poseía el temperamento ardiente y apasionado de su madre española, uniendo a ello la exquisita delicadeza y refinada elegancia de una parisina por parte de su padre, que era francés.

Ignorante de la extrema gravedad del mal que la aquejaba, ya que todos procuraban ocultárselo cuidadosamente, vivía contenta y alegre, rodeada del amor de los suyos, que sólo tenían para ella cuidados solícitos, mimos y atenciones, e incluso su hermano Arturo era el primero que se afanaba en satisfacer los menores caprichos de su amada hermanita.

Tenía Arturo gran afición a la pintura, y contaba con numerosos amigos y admiradores de sus cuadros. Entre todos sus amigos, el más íntimo y más querido, era un joven español nacido en Sevilla, que era poeta, y a la sazón residía con ellos por estar invitado a pasar una temporada en su compañía.

El tal joven era de apuesta y esbelta figura; moreno, de correctas facciones; de negra y rizada cabellera, y de ojos intensamente obscuros, en los que brillaba todo el encanto brujo de la raza agarena.

De fecunda y ardiente imaginación, en todas sus composiciones, pletóricas de bellas imágenes, palpitaba el exaltado lirismo de su alma soñadora.

Tenía para Elena una refinada galantería y exquisita delicadeza, y, con galanura y gran maestría, compuso un delicado poema, para ella, en el cual, glosaba la espiritual belleza de su rostro de virgen y la blancura eucarística de sus bellísimas manos.

Al leer Elena el hermoso poema, creyó en su ilusión que el joven la amaba, y sintióse inmensamente dichosa, ya que ella también le amaba en silencio, desde el primer día que lo conoció. Al comprender el joven (aunque demasiado tarde para remediarlo), el efecto que había producido en Elena, su composición, se sorprendió grandemente, y no atreviéndose a confesarle la verdad de su sentir, por temor a que tan grande desengaño precipitase un triste y fatal desenlace, se dejó querer, aunque sólo sentía hacia ella un cariño sincero, pero puramente fraternal.

A todo ello, era plena Primavera; las flores esparcían sus más intensos y exquisitos aromas; en el azul profundo del cielo, no había ningún celaje que empañara su diafanidad; Natura vestía sus galas, por lo cual, el jardín y el bosque que circundaban la mansión, ofrecían un aspecto atrayente y seductor que impulsaba, casi inconscientemente, a los que habitaban allí, a pasearse por el jardín en flor y por el bosque umbrío, bajo el dosel acogedor de los árboles, de los cuales parecía emanar un encanto misterioso.

Elena era completamente feliz; amaba al joven con intensa vehemencia y exaltada idealidad, y presa en el mágico hechizo de la dorada ilusión, forjaba bellos y hermosos sueños para el porvenir. Mas, ¡ay!, que la felicidad es flor exótica y de efímera vida.

Tras de la Primavera y el Estío, vino el Otoño, con sus días fríos y desapacibles, con sus atardeceres lánguidos preñados de extraña melancolía.

Elena se vió obligada a quedarse en el lecho; una tos pertinaz sacudía violentamente su frágil y delicado organismo, desgarrando dolorosamen-

te su pecho. La fiebre ponía en sus bellos ojos azules un brillo inusitado y avivaban el color de sus mejillas; sus manos de lirio, adquirían cada vez más delicada transparencia y cérea palidez. Todos la rodeaban profundamente apenados e inquietos y temerosos de perderla; su estado era cada vez más grave... y... llegó el invierno, triste y brumoso. Los árboles, despojados de la pompa verde de sus hojas, mostraban sus ramas esqueléticas que crujían dolientemente al soplo implacable del viento; el sol, filtrándose a través de la densa neblina que lo envolvía todo, ponía una pincelada de oro pálido sobre el paisaje gris, infinitamente triste y sombrío. Cual una hermosa flor a quien el cruel soplo del frío mata al helar la savia vivificante de su tallo, así Elena, bella flor del verjel humano, murió a los primeros días de aquel helado invierno, entre el inmenso dolor e infinito desconsuelo de los suyos y de todos cuantos la rodeaban. ¿Quién fué aquella hermosa joven que en la primavera de su vida dejó de existir?... Como bien debes presentir, aquella joven fuistes tú, hermana María, y yo fuí aquel joven poeta y soñador de quien te enamoraste tan intensamente. Al encontrarnos en el hoy y oír mis pequeños escritos, que, aunque muy pobremente, he tratado de revestirlos un algo poéticamente, tu alma amante de la idealidad, ha vibrado, y en repercusión de su ayer, aunque distintamente porque distintas son las formas físicas, has sentido amor y atracción hacia mí. No es la primera ni la única existencia en la cual nos hayamos conocido, en varias ya nos hemos encontrado, e incluso en algunas de ellas hemos creado lazos familiares. Pero al tratar de satisfacer tu demanda he querido escoger, entre todas, la más poética e ideal.

Adiós, alma hermana. Deseo para el bien, que seas y seamos todos más concientes de nuestro deber a cumplir, y del amor y la luz que nos envuelve, para que así, convenientemente reforzados y conscientes, podamos todos avanzar más bien y mejor, hacia la perfección trabajando y laborando en pro del progreso.

HADA LUZ

Solamente son productos naturales los que brinda al terrenal la Naturaleza, lo mismo para alimentar que para curar. Los fabricados por el hombre en sus laboratorios aunque se escondan bajo títulos de relumbrón naturistas, son y serán mientras existan, el áspid venenoso que atento sólo a su lucro inconfesable, no vacila en, a sus posibles víctimas emponzoñar. MACROCOSMO.

SÉ COMO LA PIEDRA

¿Qué respondería una piedra si la insultaras? Nada. Pues, imita a la piedra y hazte sordo a los insultos.—EPÍTETO.

Sé como la piedra, lector hermano; silencioso como ella y como ella resistente. En la cantera ella aguarda a que pasen los siglos hasta que le llegue el turno de ser labrada, bien para servir de cimiento, bien para servir de muro o capitel de algún edificio. Si es cimiento, resiste gustosa el peso del edificio; si es capitel o muro, sustenta sonriente su severa forma.

Espera resignado, lector hermano, a que te llegue el turno de servir al edificio de la Evolución — porque esta es la Ley — presta tu decidido apoyo al bien (el bien es todo lo que favorece la Evolución — porque esta es la Ley — y entrega sonriente las primicias de tus severas virtudes.

Sé como la piedra. Ni protesta, ni exige ni reclama; tranquila y silenciosa, espera. La piedra no finge, no simula, no miente. Sé como la piedra.

La piedra no calumnia, no critica, no injuria. Sé como la piedra.

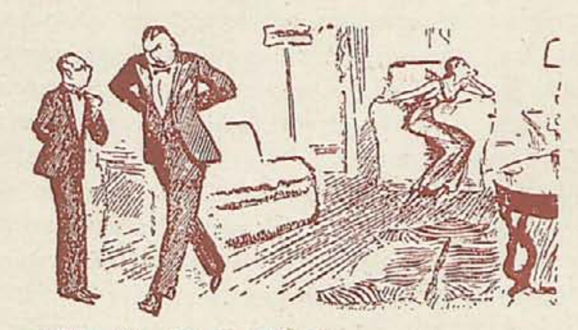
La piedra no se queja, no se lamenta, no llora. Sé como la piedra.

La piedra es útil, es limpia, es hermosa, es buena. Sé como la piedra. Sólo habla para mostrar su utilidad, su bondad, su verdad o su hermosura. Si lo que vas a decir no tiene las virtudes de la piedra, no lo digas, por Dios!

Sé tenazmente silencioso como tu hermana la piedra.

M. A. M. C.

(De «Evolución», Buenos Aires, Rep. A.)



—¿Otra riña con su señora?
—Otra, no. ¡Es la misma que comenzó hace un mes! ¡Es imposible sufrirle ya tanta necedad trofológica!
(De «Helios», de Valencia.)

MEDIANÍMICAS

COLABORANDO

Medianímica escribiente, por el Médium B.

En el nombre de Dios que me llamastes, acudo a ti, mi buena hermana.

Empezaré por contestar a tu consulta sobre si no sería mejor el suprimir mi nombre que fué, en los escritos que te dicto, con el fin, dices sanamente, de evitar que se envuelva en responsabilidad en su mañana de no carne que ya se le acerca, alguna que otra voluntad que sólo negar sabe todavía... pues bien, por mí no hay ningún inconveniente en que así sea, pues bien, comprenderás que no lo dicté por vanidad que no está en mí, y sí con el solo fin de que muchos se detuvieron a estudiar, mis pobres dictados, ante el prestigio que para tantos tiene por la tierra todavía aquel mi pobre nombre que fué.

Por una parte me place tu consulta, porque demuestras, una vez más, que te interesas por tu hermana humanidad hasta en el sentido de quererle evitar todo aquel envolvimiento que tú puedas evitarle, pero también habré de añadirte, sincera y fraternalmente, que no debes ya dar ninguna importancia a los detractores y negadores de la tierra, pues aunque tú lo haces por amor a ellos, tan pobres voluntades en su incomprensión se infatúan más y a la postre obtienes el resultado completamente opuesto que pretendistes alcanzar.

Y ahora afina la mente, que una alerta voy a dar a quienes agazapados en la sombra se creen a cubierto de todo obstáculo que sus maléficos planes desbaratar pueda.

Alma, que a tu forma por rutina y protocolo vistes de blanco, y al Cristo pretendes honorar y venerar, date cuenta que ante tu Creador estás por completo al descubierto en tu planear...

Todo lo acordado con tu ensotanado secretario, y ya ordenado entre otros países, a España y Austria, si se llega a realizar, caerá sobre vosotros y muy particularmente sobre ti, una muy grave responsabilidad, que para agotarla tendrás que consumir varios de los llamados siglos, viviendo-muriendo en pleno y agudísimo dolor. ¿No comprendes que es igual, por no decirte peor, destruir cuerpos que hacerlos destruir?

¿Cómo tienes luego valor en tus escritos y sermones más o menos *paternales* para cantar a la Paz? ¿La tienes, acaso, ni un momento? ¿Duermes apaciblemente o bien tu sueño es un ininterrumpido proceso de malestar con graves crisis de inexplicable pavor? ¿Los médicos han conseguido mejorar tu situación con su pretendida ciencia curativa? No, ¿verdad? ¿Crees que el veraneo aconsejado modificará tu estado físico en general ni el sueño en particular?

¿Cómo no se te ocurre jamás, a pesar de la representación tan amorosa de que blasonas, que ante Dios, todo Amor, no puede ser que tú te entregues al veraneo mientras tantos millones, incluso de católicos, sus cuerpos desfallecen de hambre por carencia de trabajo, teniendo ganas y firme voluntad de trabajar? ¿Para cuándo aguardas el repartir los millones de cierto tesoro que en nombre del amor acumulando vas?

¿Crees que con los planes a que antes aludí, practicarás aunque en forma algo encubierta el poder temporal? ¡Pobre, pobrísimo ser!

¿Qué esperas para licenciar a tanto zángano como te rodea y, con lo que devoran de varias maneras, atender también a tantos miles de padres de familia que periódicamente te vienen a adorar y contar sus cuitas, y teniendo en tus manos la solución, te limitas a aconsejarlas resignación y a colmarlos de... paternal bendición?

Pues bien, toma buena nota, que si los unos la-

boráis en la sombra para implantar en el nombre de Dios lo que no hay por qué nombrar, también hay quienes, aunque pobres, muy pobres en lo material, se preocupan de vuestras víctimas y laboran por la verdadera Paz.

Siglos habrán de pasar para la querida tierra que mi mundo fué, antes por su forma de vivir el alma encarnada pueda merecerse Paz, pero ello no es óbice para que yo te vaticine tu gravísima responsabilidad por querer todavía hacer mayor esta era de no Paz.

Si quieres que tu sueño sea apacible, dulce y reparador, vive la vida ante tu Creador, siendo un instrumento en verdad de su Amor. Seas quien dé en su Nombre, siembre el consuelo y el amor al desvalido facilitándole todo aquello que en realidad pueda necesitar y a tu alcance esté, que sí está, el poderle facilitar, labora de acuerdo con este cristiano postulado, y la Paz estará en ti, y entonces tu cuerpo tendrá otra armonía física que ahora no se merece tener, entonces tus sueños no serán turbados por ciertos, para ti hoy, incomprendidos pavores. Procura vivir de acuerdo con la humildad que también sabéis predicar, pero no practicar, y por ley de afinidad esotérica atraerás a un enjambre de seres hermanos que te darán de su amor y su verdad, y tus días y noches transcurrirán tranquilas y apacibles y al llegar a ser otra vez alma liberta de la carne, me hallarás y me darás la razón.

Te he dado la voz de alerta que necesitabas recibir, alma que vistes a tu forma de varón de blanco, por rutina y tradición, y que en realidad sólo eres un sepulcro blanqueado por fuera, mientras la podredumbre más repugnante te corroe el interior. ¡ Detente !, te dice mi escaso amor, piensa que si no te detienes, bien podría ser que en vez de lo que queréis desencadenar, se desencadene lo que no esperáis y os caiga encima por vuestro propio bien, aunque así, desde luego, no lo podréis aceptar.

Suprime veraneos y planes maquiavélicos, y lánzate a laborar para y por el amor, y una aurora, para ti desconocida, no se hará esperar.

Así te habla por tu bien quien afanosa de cumplir siquiera un algo con su deber, te avisa hoy en la carne, y quizá en un mañana muy cercano, abrumado de dolor te habrá de recoger. Hasta siempre, pues.

EL CANCER

Para la mayoría de los representantes del sistema médico actual, parece ser todavía un misterio su origen. En cuanto a la curación, no hablemos. Ella es casi imposible para todos los sistemas de medicina, sea ella como sea. Creemos que el cáncer sea una degeneración celular, y ésta, a la vez, producida por nuestra vida artificial.

Para los naturistas, el cáncer es el producto de la civilización, pues entre más nos amontonamos en las ciudades, mayores proporciones va tomando esta enfermedad y esto ya empiezan también a comprender algunos médicos alópatas al decir que el cáncer es producto de la vida civilizada.

Tenemos a la vista una conferencia del doctor A. R., que dió en el Instituto Popular de Conferencias de la capital federal, en ella dijo, entre otras cosas, lo siguiente: «Hay en los tiempos que corren una tendencia, una tendencia marcada hacia la intensificación de la vida humana, en sus distintas manifestaciones profundas de las costumbres y la inevitable repercusión sobre las funciones metabólicas del organismo.

Entre los factores que intervienen, como consecuencia común de este fenómeno social, débese citar en primer término, el alcoholismo que, junto con el uso del tabaco y otras intoxicaciones, alteran profundamente el funcionamiento de los órganos. En la Academia de Medicina de París y entre nosotros el profesor A. A., se han ocupado de este asunto, considerando el peligro del alcoholismo aristocrático, que cuenta con tantos devotos y también devotas. Y si el número de cocktais y las mezclas de este brebaje que consume una persona, le dan tono y distinción, el uso del tabaco no deja de influir en el mismo sentido.

Tan es así, que si las damas fumadoras continúan con el entusiasmo con que han iniciado esta cruzada, contra la salud, los higienistas y especialmente los cancerólogos, no debemos perder las esperanzas de ver equilibrarse las cifras del cáncer en la boca y en la laringe en el hombre y en la mujer, la que, hasta hoy, había permanecido indemne para esta localización.

En una encuesta levantada entre 500 enfermos de los que concurren al dispensario del Instituto de Medicina Experimental con cáncer en la boca y en la laringe, cuyos antecedentes han sido mi-

(De «La Iglesia Católica en el Pensamiento y en el Arte»)



COMO AHORCABAN ANTES

nuciosamente tomados, se ha observado que el 92 por ciento eran grandes fumadores y en 60 enfermos de cáncer del aparato digestivo eran grandes alcoholistas.

TRATAMIENTO: Este será un régimen vegetariano riguroso, a base de verduras y frutas, yerbas depurativas en cocimientos y baños de sol, aire y luz.

Este tratamiento, al parecer tan sencillo, ha dado resultados sumamente eficaces en enfermos que empezaron a practicar el naturismo a tiempo, pero la mayoría de las personas cuando vienen al naturismo es a última hora, y entonces nada puede hacer el sistema de vida, por más natural que se haga, el mal ya invadió todo el organismo y nada puede, por lo tanto, salvarlo. En este caso, muchas personas recurren a la operación, cosa inútil, pues el cáncer no sólo está localizado en un órgano, sino que está infiltrado en la sangre del cuerpo entero.

(De «Naturismo» de Mar de Plata.—Argentina.)

Le Journal de Roubaix (18 mayo) publicó la entrevista celebrada con el señor Givelet, acerca de las radiaciones biológicas y cósmicas. He aquí algunos párrafos:

—¿Por qué dedica usted, ahora, su actividad a tan atrayente asunto?

—La casualidad me llevó al estudio de las ondas musicales y también el azar quiso que conociese a un señor de cuyas manos se escapaban flúidos que impedían la descomposición de los cadáveres. Esta observación me trastornó de tal modo que resolví el estudiarla a fondo. Mientras tanto, hice amistad con Muller, de Zurich, inventor de un aparato para medir el flúido humano. Así he pasado de las ondas musicales a las ondas biológicas.

—...La emisión del flúido humano depende de la salud del sujeto observado, siendo un medio de controlar la salud del individuo. La voluntad juega un gran papel en la emisión de este flúido, sobre todo en los jóvenes que pueden proyectarle voluntariamente. Este flúido goza de notables propiedades: obra a distancia sobre aparatos eléctricos; puede canalizarse en tubos; realiza extraordinarias curaciones..., es, en resumen, algo así como el ectoplasma de los médiums. Fundo en él

grandes esperanzas bajo el punto de vista terapéutico.

—¿Cree usted que conociendo con exactitud las radiaciones ambientes que nos atraviesan y las por nosotros irradiadas podrá evitarse o curar el cáncer y las enfermedades?

—El cáncer ya está vencido con las ondas electro-magnéticas extra-cortas; daré la prueba en mi conferencia con clichés tomados antes, durante y después del tratamiento. Pero lo que se ignora es, que las radiaciones salidas del suelo y cuya existencia nadie sospecha, pueden producir el cáncer y otras enfermedades. Felizmente se han encontrado aparatos para descubrirlas. La lucha contra los tumores cancerosos realiza enormes progresos.

—Esto es formidable.

—Sí, formidable. Los trabajos sobre este asunto han producido gran revuelo en Suiza y en Alemania y despiertan el más vivo interés. Italia se apasiona igualmente, ya que un grupo de sabios biólogos y físicos me han invitado a exponer en Roma estos nuevos descubrimientos.

FRITZ

(De *La Luz del Porvenir*, de Sabadell.)

AL MAR (R. M. B.)

Te admiro ¡oh mar! si la movible arena
besas rendido al pie de la muralla,
o si bramas furioso cuando estalla
la ronca tempestad que el mundo atruena.

¡Cuán majestuosa y grande, si serena!
¡Cuán terrible si agitas en batalla
pugnando por romper tu errante valla,
con cólera de esclavo tu cadena!

Tienes, mar, como el cielo, tempestades;
de mundos escondidos prodigiosa
suma infinita tu mole oprime.

Y son tu abismo y vastas soledades
como imagen de Dios la más grandiosa;
como hechura de Dios, la más sublime.

¡Atención! Aspirantes a naturistas, incluso los que ya naturistas se figuren ser. Jamás introducir en vuestro cuerpo, substancias que no sean naturales de verdad. Apartaos de todo pretendido médico o instructor naturista que con el pretexto de curaros os recete o aconseje el consumo de "productos naturistas", que se expenden en las llamadas "casas de regímenes curativos naturistas" y demás explotadores y criminales embustes, hoy tan en uso.—MACROCOSMO.

(De «La Iglesia Católica en el Pensamiento y en el Arte»)



COMO AHORCAN AHORA






Comunicaciones medianímicas parlantes, obtenidas en el Cenáculo el día 12 de Marzo de 1934, por el médium B... en la sesión dedicada a Jesús

(Conclusión)

Ya sé lo que con anhelo tantas estáis de mí esperando. Sin embargo, no os desalentéis, que con todo lo que os dije, si de ello sabéis absorber, modificaréis vuestro vivir, y modificando vuestro vivir hallaréis justo premio y al hallarlo os parecerá que no me necesitáis a mí. Todo está en vosotras; nada de vuestra labor os puedo yo hacer. Vaticinar... ; para todas dí Amor y produje un radio de mi pobre Amor y de mi pobre saber a los mundos varios todos que marcan el cumplimiento de mi deber. Pero yo no especializo a ningún morador de ningún mundo, como aspirante que soy a buen servidor de Dios. Yo os doy conocimientos a todos, a todos, y si bien en momentos sin personalizar en otras radiaciones mías al Cenáculo un algo pudo parecer que personalicé, en verdad de verdad os digo, en esta fecha de hoy, que ni a una sola voluntad de las que estáis esperándome, me habréis de encontrar.

Cesad, pues, de vibrar anhelosas; cesad, pues, de esperar que yo os dé solución a vuestras peticiones, pero si no lo hago en la forma que esperáis, porque no os conviene hoy el recibirlo, en cambio os diré: envolveros en aquel rincón de vuestro hogar particular, aunque sea en el lecho, no importa, si en el lecho solo estáis y nadie os puede estorbar, en donde fuere; en aquel lugar que os parezca más indigno, más inmundo en el pensar terráqueo, en el que podáis tener la seguridad que nadie os vendrá a molestar; y bien, allí llamadme para hacer el Bien y por vuestro Bien, y si lo que pedís no es gollería, si lo que pedís no es contraproducente al progreso de vuestra alma hallar, no me veréis, no me oiréis, os debo advertir, pero quizás, si vuestro merecimiento es, encontraréis fácilmente en vuestra mente soluciones a problemas que hoy muchas sufrís, porque los encontráis insolubles para vuestro sentir y concebir.

¿Qué más os puedo decir? Los más seréis que nada encontraréis, también os lo quiero advertir, pero alguno que otro habrá, y si queréis seréis todos, que cada uno en vuestro grado de espiritualidad podréis encontrar solución a lo que hayáis bien sabido pedir, por estar contenido dentro una verdadera sanidad, necesidad y merecimiento.

También el Cenáculo cruza por un momento histórico; también al Cenáculo, una vez más, se le acercan cambios. También al Cenáculo incomparable, amado en verdad, se le acercan momentos de todo, y sobre todo a su incomprendido pastor de carne. Momentos de gran vibración, sí, momentos de suicida dolor, pero yo le digo al pastor de carne que en esos momentos se acuerde de cierto monte y de cierto huerto en que había muchos olivos, donde cierta alma con cierto cuerpo se solía retirar en sus momentos, que también tenía, de grande asfixia, de ahogarse por demás, y que en este recordarse, si llega a poder aceptar

que quiere imitar, pues que se postre, que busque al Padre, que se haga merecedor de, como le ocurría a aquel cuerpo y a aquella alma, hallar nuevas fuerzas para levantar de nuevo valeroso el cáliz y empuñar, más poderoso todavía, el madero de su triste cruz.

Sí, los siglos pasan y tu progreso es lento, dices bien, para tu sed de hoy, pero el final tienes que esperar, no necesitas ni un solo conocimiento más de los que tienes para emanciparte de este mundo ergástula. Bien poco te falta, sí, estás en mi sendero, pero en él, ya lo sabías lo que tenías que encontrar. Corto es el camino que te falta recorrer, pero, ¡ay! alma amada, ¡ay! apóstol del hoy y del ayer, afiánzate bien, todo desde el Padre hasta ti todo te dice mi Amor, sí, ¿por qué no afianzarte en mí? Pero... Me detuve para oirte. Pues bien, pero ya sabes, nada podré darte que no te merezcas primero. Ni un átomo de mí te faltará que puedas merecer y en aquella parte alícuota que pueda coadyuvar a crearte merecimientos, el rogar al Padre yo por ti.

Así, así, así me gusta, absorbe, así, así. No siempre así lo hiciste. No te postres, ¡eso no! No... no. Ni ante Dios, que el Padre no quiere rodillas. El Padre quiere almas puras y sabias por buenas, no quiere postraciones, postrarse es signo siempre de impotencia; no aceptes nunca la impotencia en ti, nunca. Lo que hoy no tienes, lo tendrás cuando lo quieras tener. La impotencia es relativa. Así se progresa. Así se llega a mí para ese grupo de mundos y luego tú y los otros y yo iremos de excursión a otros grupos superiores que también tienen sus instructores y así para todos llegará aquel momento que en teoría no ignoras en que, sin sentirnos vanidosos, nos sabremos verdaderos obreros de Dios.

No te preocupe tu forma; lo sabía; lo sé. En el cientifismo del hombre tienes toda la razón, vives de milagro, sí, pero de ti depende, en parte, que la cosa se alargue, se alargue, y en ese alargar, un sin fin de proyectos, ¿por qué no podrás realizar? No te lo puedo afirmar, porque bien sabes que depende de ti, no de mí.

Pues si mi sonrisa la aceptas, como dices, por hálito de Dios, envuélvete en ese hálito, hazte fuerte en él, empuña la cruz, acuérdate de otra cruz, eso es, y llegarás donde llegó Aquel y llegó la cruz..—Así te quiero.—Muy bien, eso es. Dispuesto a que te claven en ella, dices; que muy bien, te dice mi Amor.—Ya has aguado el vino, ya temes que te falten fuerzas... ¿Quién? Te vuelvo a sonreir, vuelve tú a absorber, y lo demás será lo que tú quieras que tenga que ser. Sí, así... así hacen los pastores: pedir por sus ovejas, pero bien sabes que he de decir lo mismo que de ti. Nada puedo darles, que no se puedan primero merecer; nada puedo evitarles, que ellas primero no quieran evitar. Sin embargo, la aspiración amorosa del Redentor que tú dices que fué, no les falta, ni te falta, ni os podrá faltar jamás.

...Así... Así. Debes ser el báculo, debes ser tú el ejemplo, sí, sin miedo, ni de ti mismo, ni de ti mismo; ¡adelante! siempre, y el ¡hosanna! será en ti.

A ello voy.

Almas del Cenáculo todas, y las que del Cenáculo no sois, pero hoy habéis acudido al Cenáculo también, en el nombre del Padre os digo en verdad: progreso sólo hay uno; el progreso del alma, y para hallar progreso del alma, en verdad, sólo hay un camino que marcó en la tierra una clasificación.

El que quiera de vosotros encontrar progreso para su alma, que busque el camino y el sendero, y si lo quiere encontrar y tiene dudas de si acertó o no, que se acerque al pastor de carne y que le pregunte dónde está el sendero y que, en vez de negarlo, fingirlo y lo demás que no hay por qué añadir, que aún podría hacer pronunciar, imitad al pastor, seguid su silueta, meteros por el sendero que veáis que pasa él, y seguidle, seguidle hasta el final, y si en el sendero los pies se os destrozan, seguid. Y si en el sendero, a derecha e izquierda, os pincha el zarzal, si por encima del sendero aunque no veáis quien, al parecer, gravita o rodea sobre vuestras testas lo que muchísimas han de sufrir y luchar, si en el sendero encontráis momentos que os tambaleáis, que creéis que vais a agonizar, que vais a perder el cuerpo, seguid, y si en el seguir por el sendero el cuerpo perdéis, seguid, seguid al campo astral, que allí satisfacción encontraréis; y en ese campo astral estudiaréis y al desencarnado de turno encontraréis que, gracias al Cenáculo incomparable como éste que por la tierra por fin os merecísteis poder encontrar, pudísteis después del lógico sufrir, del progresivo expiar, pudísteis romper infinidad de rutinaciones cárnicas, supísteis resistir la crítica y murmuración por incompren-

sión de vuestros hermanos, y finalmente pudísteis, quisísteis y supísteis perder la forma por el sendero pisar. Así os dice mi Verdad, así os aconseja mi Amor.

Así, entonces, os podréis encontrar en aquella situación que os permitirá con relativa satisfacción pedirle al Padre un nuevo cuerpo, una nueva encarnación, y en aquella saber sufrir mejor, buscar con más facilidad y hallarlo el sendero y por él expiar mejor, andar más rápido aunque sin correr, y así sucesivamente hasta llegar a mí.

Mi Amor, contad con él eternamente, pero no olvidéis que mi Amor no os puede emancipar; todo está en vosotras, por donativo idéntico del Padre; todo está en todos, en lo menester, para hallar lo necesario para llegar a ser cada sér lo que debe ser.

Recibid de un sér, muy pobre sér, toda aquella ínfima cantidad de Amor contenida dentro de su sér.

Dictámenes medianímicos escribientes, obtenidos al comenzar sus sesiones el "Grupito de la Paz"

Necesidad, necesidad... sí, hay allí necesidad, pero hay allí también la causa lógica de que la necesidad exista.

Hay que respetar toda manera de vivir, pero hay que respetar también las consecuencias no agradables para los cuerpos, que ciertas maneras de vivir la vida determinan. No obstante lo dicho, vuestra fraternal llamada y a la vez oferta, merece una contestación y también ser un algo premiada. Deja, pues, de escribir y vente con alguno de nosotros hasta aquel hogar, y Dios sea quien facilite, una vez más, material para bien estudiar y mejor practicar. Vamos, pues, si es tu voluntad, de acuerdo.

... ...

... ...

El libro de la vida no se termina jamás, en sus páginas pueden y deben los seres de continuo estudiar. Hacedlo así vosotros si queréis ya un algo cumplir con vuestro deber, y no haréis más que graduaros para implantar la Paz.

Entre páginas, hoy, del gran libro, os ha permitido Dios, un algo estudiar, que os sirva, pues, dicho estudio de un refuerzo y a la vez de sana utilidad.

Cerrad, ya, la sesión y que la Paz del Increado os inunde y proteja de continuo en vuestro laborar.—Vuestro hermano.

* * *

Constancia en sanitud, forja únicamente labor progresiva a realizar, y ésta a través de las dolorosas facetas de la carne que sean menester, terminan siempre por otorgar al alma que así pueda un algo ya servirse de sus formas, satisfacción y Paz.

Laborar, además, por la Paz de los otros, es algo muy hermoso, tan hermoso, como difícil de alcanzar. Cuando la constancia es, lo difícil no puede valla ser, es por contra el acicate que más presiona para mejor actuar y Progreso y Paz obtener.

En este mundo vuestro de hoy y animando carne propia, es algo muy difícil gozar de la verdadera Paz, pero no creáis que es por ello imposible, el conquistarlo. La constancia es el arma poderosa y decisiva cuando es bien esgrimida, para adueñarse de la necesaria Paz.

Vivir la vida sin Paz, no es vivir. Para vivirla con Paz, no deben existir remordimientos, y para que éstos no existan, es menester la vida bien vivir. Como veis, pues, la vida es un engarce ininterrumpido en el pensar para luego actuar, y en resumen, para llegar a bien vibrar.

El bien vibrar lo practica solamente el ser que viva al unísono con las leyes naturales del mundo en que more, leyes que, por su origen divino, marca siempre al sér el camino a seguir sin poder equivocarse.

Os atraeremos a una alma encarnada, a la que todos vosotros conocéis. Esta pobre alma no goza de Paz porque lleva en sí el lastre del remordimiento. Que la hermana de la izquierda del médium, le diga en cuanto se sienta impulsada a hablarle, que se dé cuenta que la Paz no está en ella ni a su alrededor. Que es inútil que quiera engañarse ella misma y engañar a los demás, pues la ley de causas da siempre lo suyo y quien mal emplea lo que la Ley le dió en bien de muchos, justo es que sufra las consecuencias de la carencia de la propia Paz. Si se entabla diálogo, que la hermana lo siga por lo que encuentre en la mente.

Dad ya comienzo si es vuestra voluntad.



ALGUNAS DE NUESTRAS REGLAS FIJAS

Siempre que lo permita el estado del comensal, comer natural crudo.

Cuando el estado patológico no lo permita, añadir un plato pequeño al día de cocinado, con sustancias rigurosamente naturales.

Jamás cocinar con especies, ni sal de cocina (cloruro de sodio).

En las ensaladas, crudas, no añadir sal, ni vinagre, y sí aceite de oliva, zumo de limón o ambas cosas a la vez, si no es que se prefiere comerlas sin aliño alguno, por más natural.

No comer pan de clase alguna. (El pan no es una comida natural.)

En todo alimento cocinado, dar preferencia siempre al hervido sobre el frito. (El aceite al freirse, se transforma en ácido perjudicial.)

En todo hervido, hacer que los vegetales absorvan el agua, pues en ella quedan la mayor parte de las beneficiosas sales de los mismos. Si queda alguna, beberla antes o después del plato hervido. Es preferible que el hervido sea lento y corto, con el fin de que los alimentos conserven lo más posible de su estado natural.

Desterrar de la culinaria todo alimento derivado de animal, como huevos, leche y todos sus derivados siempre nocivos.

No beber nunca en las comidas, ya las frutas y ensaladas son riquísimas en agua natural.

Dar preferencia a los platos hervidos sólidos, en vez de los caldosos, como sopas a diario, etc. para evitar el aguachar (debilitar) los jugos gástricos.

Masticar y ensalivar bien cuanto se coma, para bien digerir.

No comer jamás bajo la impresión de cualquier causa de depresión moral, y sí siempre que se pueda al aire libre, y en plena tranquilidad física y moral.

Al comer, no llegar nunca a la hartura, es preferible quedarse con un algo de apetito. Huir siempre de sentirse en el estómago la sensación de plenitud, que es dilatación.

Empezar siempre toda comida por fruta o ensalada, esto es, crudo natural.

Todas nuestras reglas se concretan en «Comer para vivir», comiendo al efecto poco y natural, en vez de «Vivir para comer», practicando la gula desenfrenada en cantidad y calidad, como hace todavía casi toda la humanidad.

En sucesivos números de MACROCOSMO iremos razonando al alcance de todos, el por qué de nuestras reglas en culinaria natural.

NUESTROS MENÚS

Somos muchos ya los que solamente hacemos dos comidas al día debidamente separadas, para dar descanso al aparato digestivo, no al estómago solamente como muchos se figuran, sino a todos los numerosos órganos que intervienen en la delicada e importantísima función digestiva. Aquellos de nosotros que por la fuerza mayor de tener que entrar al trabajo en hora temprana se ven obligados a realizar la primera comida temprano también, realizan una tercera por la noche, pero a base únicamente de fruta sola y poca. A continuación detallamos un menú, advirtiendo que nosotros, invariablemente, siempre empezamos las comidas por fruta o ensalada cruda, y las terminamos también siempre con alimento crudo completamente natural.

PRIMERA COMIDA

Fruta la que más apetezca al mirarla, manzanas, peras, naranjas, mandarinas, plátanos, en esta época del año, dando la preferencia muchísimos de nosotros a la naranja, mandarina, manzana, plátano y pera, para establecer algún orden de prelación y teniendo en cuenta las condiciones detergentes, oxidantes, energéticas y por lo tanto alimenticias y curativas en general. A seguido, alguna fruta seca oleaginosa, como almendras, nueces, avellanas, piñones, cacahuetes, y coco o coquitos del Brasil, también conocidos por muchos por castañas americanas; dando preferencia siempre a los tres primeros frutos, y desde luego comiendo muy poca cantidad (5 ó 6 piezas) y masticándolas hasta que queden en la boca transformadas en algo así como una papilla, dado lo que cuestan de digerir y por lo tanto para bien asimilar el gran caudal de calorías que producen. Otros aña-



En la caseta «Macrocosmo»

Playa Badalona-Montgat *Julio 1934*

den un vaso de café malta, siempre sin azúcar, y algunos añadiéndole una muy poca cantidad de miel.

Otros, de los que todavía no han dejado por completo el pan, toman un pequeño pan integral, cortado por la mitad, y aliñado con aceite de oliva y jugo de tomate, y algunos pedazos del mismo extendidos por sobre el pan, y desde luego no añadiéndole la mortífera sal.

Con todo lo dicho se pueden combinar muchas primeras comidas del día, quedando satisfechos, pero no hartos se debe procurar.

SEGUNDA COMIDA

Un plato abundante de ensalada cruda y solamente aliñada con zumo de limón, aceite de oliva, o ambas cosas a la vez (siempre sin sal ni vinagre) en el que se debe procurar que jamás falte la lechuga, escarola, ápio, tomate, zanahoria tierna, rábanos, cosas todas que en más o en menos se puede encontrar todo el año; además, siempre que se pueda, berros, pimiento, diente de león, hinojo tierno y hojas de col.

Cuando se vaya ya por el medio plato o cosa así, puede empezarse a comer, mezclándolo, esto es, alternándolo, un plato de hervido, los que no son crudívoros todavía del todo en su yantar.

Arroz «Petronio». — En cazuela, de tierra mejor, se colocará, todo en frío, agua, aceite de oliva, prefiriendo el no refinado, cebolla y apio trinchados dejando el todo hervir una media hora, o sea hasta que esté casi hervido. En tal momento se le añadirá arroz de buena clase, y para el caso que antes de añadirlo, se viese que faltará agua para cubrirlo, se añadirá la necesaria, en frío, dejándolo todo hervir como un cuarto de hora o sea cuando se vea que está en sazón.

Aparte, se tendrán preparadas berengenas y pimientos encarnados dulces, asados, y cortados a tiras, aliñados únicamente con aceite de oliva y se extenderán por sobre de la fuente o plato individual, al momento de servir. Desde luego, como todos los manjares que recomienda MACROCOSMO, no se utilizará ni poca ni mucha, la venenosa sal.

Esta arroz, es alimenticia, muy digerible y puede comerse sin temor, con gran frecuencia.

TERCERA COMIDA

Para los que se ven precisados a verificarla, únicamente podrán comer un par de frutas de su predilección.

Y dejando a nuestros lectores, muchos de ellos confusos con el estudio de nuestra manera de comer y cocinar, les deseamos obtengan buen resultado en sus estudios, o sea que sepan decidirse a romper moldes y sentencias naturistas por científicas que se puedan anunciar, para refugiarse sencillamente en lo más verdadero, que habrá de ser siempre lo más natural.

SEMI-EPICURO

ADELANTE

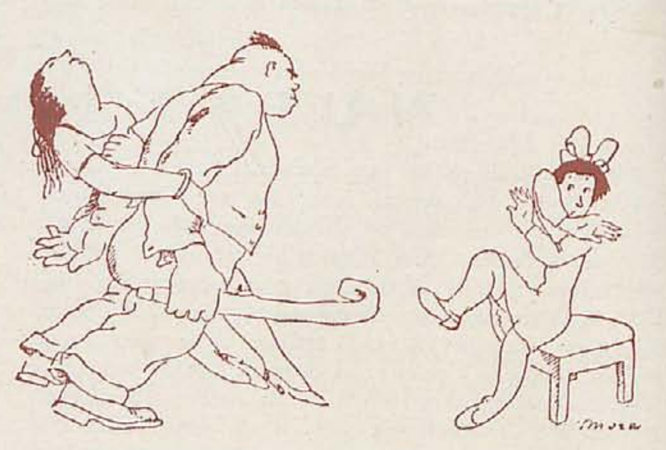
Lucha horrible, cruel, fiera, reñida,
donde el hombre, de angustia y sangre lleno,
va disputando a palmos el terreno
para morir después, eso es la vida.

Tan sólo por ser lucha me es querida
y la arrostro con ánimo sereno
y aspiro con deleite su veneno
cobrando más aliento a cada herida.

Por ser lucha me niego a abandonarla
y la amo a pesar de aborrecerla;
no la quiero dejar sin poseerla;

y como dueño altivo dominarla;
sólo con la esperanza de vencerla
me resigno al dolor de soportarla.

J. D.



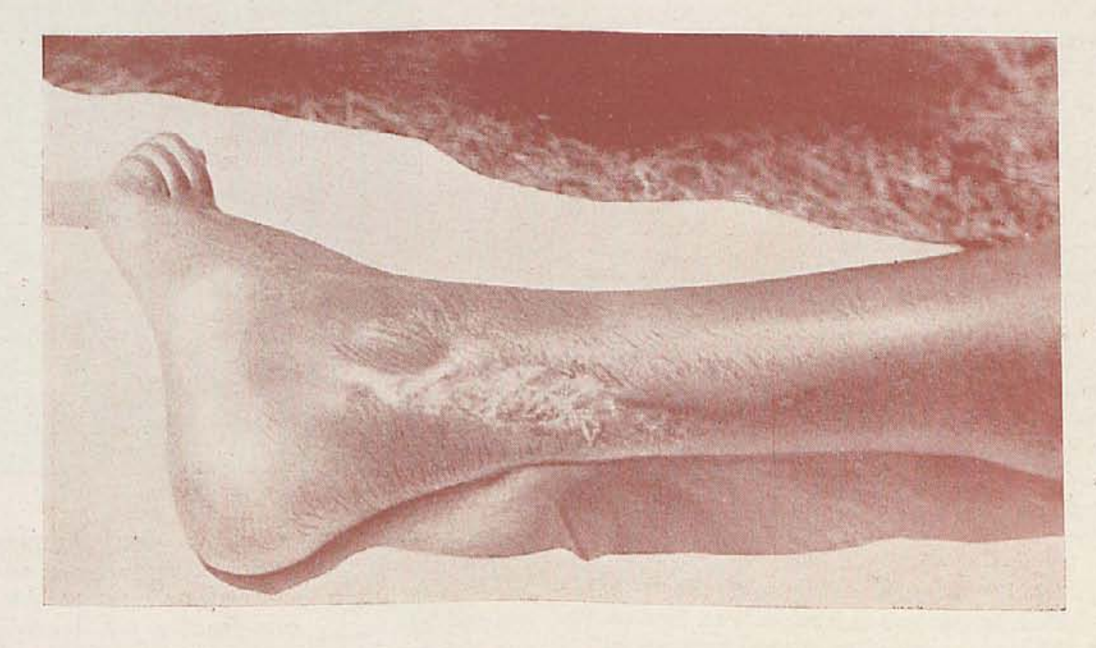
—¡Suéltame, que voy a matarla! ¡Así la enseñaré a vivir!

(De «Helios», de Valencia.)

Una llaga gangrenosa de cerca un palmo de extensión, se ha curado solamente comiendo fruta en muy poca cantidad, y empleando como medio curativo únicamente el agente natural agua, en varios aspectos de la misma

En el número 2 de MACROCOSMO se publicó detalladamente la importantísima cura obtenida en el cuerpo de nuestro hermano director, caso de los que no abundan, teniendo en cuenta las numerosas enfermedades que el paciente tenía, todas graves, y entre ellas la llamada diabetes.

En el cliché que a seguido publicamos hoy, de



la pierna de nuestro hermano director, que los galenos alópatas querían rápidamente amputar, aparece claramente la cicatriz completamente lisa que se ha obtenido a pesar de la edad del enfermo, y de haber alcanzado la úlcera gangrenada la profundidad hasta quedar el hueso al descubierto.

También es digno de ser notado que, pese a los once centímetros que la pierna afectada quedó más corta que la otra por semi-anquilosis, hoy día anda nuestro querido hermano como si tal cosa no hubiese ocurrido, pudiendo añadir que no se empleó para obtenerlo, ni masaje eléctrico ni de ninguna otra clase, ni gimnasia especial, etc., y sí únicamente la práctica constante del régimen natural bien riguroso, que sabido es ya para nosotros, que es lo único, si se llega a tiempo, que a toda enfermedad puede curar en verdad.

Invitamos a nuestros lectores a meditar sobre este caso, y si en el estudio del mismo alguno que otro se creyere necesitar algún otro dato más concreto que los publicados, podemos asegurar, seguros de no vernos desmentidos, que nuestro querido hermano director facilitará todo cuanto detalle puedan creer necesitar para formar convicción, ya que nosotros estamos convencidos que una de las maneras de hacer Naturismo Integral en forma eficaz, es publicar estos casos notabilísimos de cura natural, y, además, ponerse al servicio en todo cuanto sea menester, y desde luego siempre desinteresadamente, para aliviar o curar los males de los demás.

EXCURSIÓN CONMEMORATIVA DEL XII ANIVERSARIO DE LA FUNDACIÓN DEL CENÁCULO "EL PROGRESO DEL ALMA,,"



Una escena de la charla en el teatro Natura



Foto cómica: Nuestro hermano director comiendo con el cucharón y la olla para él solo, y los demás riendo

TODO llega por fin cuando para ello existe creado el merecimiento, y así llegó para las ¡¡200!! voluntades que asistieron a la excursión-aniversario, el momento de goce fraternal y de sana expansión que otra cosa no fué el importante acto realizado.

A la hora convenida tomaron el tren los excursionistas, y apeándose en Mollet, luego de una media hora de andar por bien cuidada y sombreada, a la vez que soleada carretera, llegaron al pinar de «Can Magra», hermoso lugar que parecía hecho a la medida física y písiquica de la necesidad de los excursionistas.

¡Qué corto se encontró aquel día! Ágapes naturistas a todo pasto y en plena alegría, luego sardanas facilitadoras de estrechar las manos y los lazos de puro amor exento de todo vislumbre de erotismo.

Las sardanas eran tocadas por una gramola y dirigidas por los hermanos ampurdaneses del Cenáculo que las vienen enseñando a los socios del mismo todos los sábados en el local social.

Como en la finca «Magra» existe rica agua en abundancia, y Febo mandaba sobre los casi desnudos excursionistas las calorías por millares, ¡cuántos fueron los que buscaron en la práctica hídrica la cooperadora curativa y vivificadora de los rayos solares! Otros grupos ejecutaron deliciosos paseos por aquellos contornos, mientras otros escribían medianímicamente, y algunos se aislaban, respetándolo todo, para practicar el desnudismo integral, del que son prueba eficiente algunas fotografías que aparecen en la página suelta desnudista que inauguramos con el presente número de nuestra amada MACROCOSMO

También el balón y otros esports más modernos fueron prácticas corrientes entre muchos excursionistas, y así en tan variada y divertida forma de gozar de la vida algo sana en dicho día, transcurrieron veloces las horas que difícilmente habremos nunca de poder olvidar.

Terminado el segundo yantar, y en el teatro de natura previamente preparado, se representó por cuatro voluntades del Cenáculo visibles y una que actuó de invisible, la «Charla fraternal» escrita también por los mismos que la representaron.

Excursión a la mina de "Can Magra" de Mollet. XII aniversario de la fundación del Cenáculo. Bailando sardanas

Sería nuestra voluntad detallar las impresiones todas tan numerosas y sublimes que el desarrollo de la «Charla» iba produciendo en el auditorio, pero renunciamos a intentarlo siquiera, convencidos de la imposibilidad de conseguir ni un pálido reflejo de aquella hermosa, ante Dios, sobre todo, realidad. Con decir que fuímos muchos los que lloramos como niños, y que al terminar la representación apenas si los labios podían pronunciar a fuerza de sentir los corazones y vibrar las almas, está dicho todo, sin nada decir, para los que todavía no puedan comprender ni sentir lo que allí se gozó. ¿Por qué durante todo el año no hemos de vivir la vida como la vivimos en aquellos momentos en que una ráfaga de verdadero amor fraternal reinó entre nosotros? Si, por nuestra imperfección y... pero sigamos la narración somera comenzada de tan hermosa excursión.



Otra escena de la charla en el teatro Natura

Cuando nuestro hermano director pudo hablar comenzó la sesión medianímica que fué notabilísima y muy útil para poder estudiar por la ley de causas los efectos que a tantos y tantos suelen desviar del cumplimiento de su deber. Al cerrarse la sesión se procedió al sorteo de la preciosa y práctica cesta para excursionista equipada para dos servicios, un hermoso slip de punto, en lana, color azul eléctrico y un gorro americano de piqué repuntado, blanco, con derecho ambas piezas finales a canjearlas por otras en caso de preferencia o necesidad.

Fué también el sorteo un motivo más para que estallase la alegría fraternal allí acumulada, y a seguido, teniendo en cuenta lo avanzado de la hora, se dejó para la excursión del 15 de agosto, la elevación de globos grotescos y se emprendió el regreso hacia la estación, llamando poderosamente la atención de los habitantes de Mollet, el numeroso contingente de los excursionistas, por su número, su manera de vestirse o desnudarse, y el haberse repartido por la mañana, gratuitamente, muchos números de MACROCOSMO.



Julio 1934. Excursión a la mina de "Can Magra" de Mollet. XII aniversario de la fundación del Cenáculo. Salida de los actores en el teatro Naturaleza, al empezar la charla fraternal que se representa.



Julio 1934. Excursión a la mina "Can Magra" de Mollet con motivo del XII aniversario de la fundación del Cenáculo. Grupo formado por una parte de los espectadores de la charla fraternal.

Velada recreativa fraternal dedicada a MACROCOSMO, con motivo de haberse cumplido ya un año de su publicación

En la noche del domingo, 29 del próximo pasado julio, y en el local social del Cenáculo, tuvo lugar tan hermosa y espiritual fiesta, la que, más todavía que las demás veladas, atesoró el espíritu de fraternidad, dado que en la tal fiesta demostraron su sentir públicamente varias voluntades muy queridas, del Cenáculo.

Seremos parcos en la reseña del acto, con el fin de dedicar el espacio de MACROCOSMO con preferencia a la publicación de alguno de los trabajos literarios que en la velada se leyeron por sus autores.

Nos limitaremos, pues, a decir, que tras sentida plática presidencial, a MACROCOSMO por completo dedicada, se pasó a la proyección de algunas cintas cinematográficas, y a seguido se fueron intercalando los números de canto, música y literatura, casi todos dedicados a conmemorar la satisfactoria efeméride del primer año de publicarse nuestra tan amada como discutida y leída revista.

Entre los numerosos trabajos recitados, citaremos el diálogo que los hermanos F. M. y M. P. recitaron con relación al tema; los trabajos escritos por los hermanos J. D. LL. y S. y en la parte musical, siendo toda ella muy selecta, el minuet para tres violines escrito expresamente para dicho acto y dedicado por su autor a MACROCOSMO, minuet que fué ejecutado para deleite del fraternal auditorio.

En la imposibilidad de publicar todo lo leído, aunque todo se lo merezca igualmente, publicamos una poesía catalana, escrita por el hermano S., que no es poeta, y el trabajo, «MACROCOSMO ha cumplido un año», que a muchos hizo llorar, sentido y escrito por el hermano J.

CÁNTIC

Mon cor vol refilar
com l'ocella enamorada
vol cantar-ne son sentir en tot instant
lluny del càlzer d'amargura,
per cercar el lliri blanc
de la llum suau i pura.

Què dirà ma pobra parla?
Quin sentir serà el meu?
Oh! Jo voldria que fos de grandesa,
de valor i de sà anhel.

Voldria enlairar mon pobre cor,
allà, al cim de les muntanyes
o més amunt, si pogués ésser,
i obrir mon cor i mes entranyes
tan sols per dar amor verdader.

Mes, ¡endavant!, sento a dintre meu;
enlaire ton cor i refila,
si vols cantar podràs,
com la petita oreneta,
que en s'armonia s'enfila
cantant a l'amor i a la vida.

Canta, doncs, no temis, no,
digues a l'home ton sentir,
obre el sagrari de ton cor
enlaire ta pensa i l'amor
vindrà a dar-te son repic.

Vols cantar a MACROCOSMO?
Doncs, endavant!, digues el que sents,
sense temença ni recel
canta a aquesta sembradora
que la llum de l'amor dóna
al pobre ésser terrenal.

Què li podré dir si sóc tan pobre?
Es que no tens ton sentir?
Es migrada ma pobre ploma,
és petit mon pobre dir.

No t'envolcallis, no, no,
tu pots dar la teva essència,
no paris, no, ¡endavant!;
i així, si vols daràs fragància
i a l'amor faràs un cant.
Sí, si fragància, aroma,
jo vull dar-la a mes germans.
Doncs, no temis, ves cantant.

MACROCOSMO
Tu has nascut dintre el jardí
del Cenacle benaurat;
ets el nin, el nostre nin
que tens per missió descobrir el cim
i ensenyar a l'home la veritat.

Un any compta ta existència,
un anys que sols Déu ho sap;

la fermesa i valor d'una pensa
que en son amor et va crear.

Quina volada és la teva!
Coloma de blanc vestit,
no tens coloma predilecta
si sols tens espai infinit.

Ton vol es detura allà
a on hi ha un cor que l'amor cerca
amb ànsies de progressar.

Quina fermesa mostra ton vol!
Quina veritat ensenyen tes ales!
Ales blanques i suaus,
semblen les veles de les naus
que cerquen el port de la calma.

Tu el teu deure és volar
allà on sia, sense predilecció.
Què importa qui t'agafi
si sols el bé pots sembrar!,
encara que la pensa de l'home
et negui i et tingui menyspreuat.

Vola nostra ocella, vola,
que l'amor dels nostres éssers
sent petit no et faltarà.
Volem que sies gran, molt gran,
si pot ésser sies gegant
més que millor ens seràs.

Tu ensenyes la veritat
donant la pau i harmonia,
tu acompanyes al cor menyspreuat
del pobre caminant d'aquesta vida.

Tu obres l'horitzó per aquells
que creuen que ningú els allarga el braç,
tu ensenyes que la vida és justícia
i que, tal faràs, tal trobaràs.

Tu alegres amb harmonia
a les ànimes de sentit elevat,
perquè ¡és tan bonic en aquesta vida
veure un ocell de grau tan enlairat!
A qui defenses? A la veritat.
Què anheles? Escampar llevor.
Què esperes avui? La incomprensió.
I al demà? El goig d'haver sembrat.

Què s'ha de recollir aquí la terra
on sols hi ha la incomprensió,
a on sols l'home adora
la mentida, la farsa, la il·lusió?

¿No comprens que és cert i és real
mon pobre deure d'estimar,
qui més que ell necessita la llum,
qui més que ell necessita la veritat?
Veritat que les religions totes
en ses dogmes i mentides han negat,
donant com a símil la ignorància,
negant sempre la claretat.

Jo sóc la solitària, ja ho sé;
ma pobra volada és negada,
i quasi no té acollida en cor serè;
mes, per això haig de deixar la sembrada?
Això mai, la llavor que la terra té
qui més que ell necessita la veritat?
si no fa fruit avui, no hi fa pas res.

Quan la llavor és llançada,
tard o d'hora ha da dar sa flor,
doncs jo sembro en mig del desert,
però la llevor arreu escampada
ja vindrà la pluja i el sol
que li daran la carícia,
i la faran néixer i ésser gemada.
I d'aquest desert, àrid avui,
quan floreixi la llevor,
serà un paratge frescal
tan sols hi haurà germanor,
símbol del nostre ideal.

Mon anhel és fer als homes
per convicció germans,
sense trabes, sense guerres,
sense esclaus i sens tirans.

Sols els uns aimar als altres
com els altres aimar als uns
per ajudar-se i engrandir-se
i amb respecte, caminar sempre junts.

Veniu a fruir dintre m'essència,
jo sóc la que ensenyo camí,
veniu, veniu, agafeu l'eina
i arribareu forts al destí.
Destí que la vida us prodiga
jo us vinc a recordar,
destí d'aquesta vida
que s'ha de sapiguer caminar.
Mes ales no pararan de donar amor
l'amor es ma senyera,
l'amor és el més gran tresor
que no embruteix ni degenera.
Doncs veniu a mi cors enlairats,
veniu a treballar sens mida,
veniu i cantarem plegats
un cant al Creador de la Gran Vida.

MACROCOSMO HA CUMPLIDO UN AÑO

NATURA, ponte tus mejores galas. Flora, adórnate con tus múltiples y variados colores, embriaga la Tierra con tu exquisito y delicado perfume. Pájaros, cantad con vuestros trinos incomparables a la vida, al amor y a la armonía.

Poeta, templa tu lira en los arcanos insondables del puro amor, moja tu pluma en las sublimes bellezas que encierra la creación, y ofrécelas llenas de vida y optimismo al ser terráqueo.

Genios de la música, absorbed de otros mundos de luz y perfección notas celestiales, que traducidas en el pentágrama hagan vibrar a las almas de sana emoción.

Próceres de la Pintura, traducid en el lienzo pinturas que hagan desarrollar los sentimientos del ser humano.

Magnates de la Escultura, esculpid en vuestros mármoles hermosos Apolos, esculturales Venus y grandes obras como el Parthénon.

Filósofos, Físicos, Químicos, Geógrafos, etc., dejad vuestra mal llamada ciencia que se pierde en el ocaso y haced servir vuestras prepotentes inteligencias para cultivar la única y verdadera Ciencia que es el Amor:

Terráqueos todos, alegrémonos de algo muy sensacional; ¡cantemos todos una hosanna al Increado!

¡¡MACROCOSMO HA CUMPLIDO UN AÑO!!

Hermanos del Cenáculo, hermanos de la Tierra que coadyuváis a ella, felicitémonos cordialmente y llenos de gozo y satisfacción gritemos al unísono:

¡¡MACROCOSMO HA CUMPLIDO UN AÑO!!

A todos los que os llamáis naturistas (no digo que lo seáis), que con aire de psicólogos, intelectuales y clarividentes decíais que éramos unos mojigatos y unos inconcientes, que nuestro Naturismo era de sacristía y que si había lógica en el mundo había de desaparecer nuestra amada revista tan pronto viese la luz de la publicidad. Yo os digo:

¡¡MACROCOSMO HA CUMPLIDO UN AÑO!!

A todos los que con énfasis se titulan Espiritistas y que al conocernos se escandalizaron de nuestra osadía, que nos apostrofaron nuestra manera de pensar, de comer y muy sobre todo de desnudar, que decíais no tenía concordancia el Sublime Espiritismo con el insustancial Naturismo y mucho menos con el Desnudismo Integral.

Que por respeto a la moral habíamos de desaparecer, MACROCOSMO os dice: ¿es inmoral estudiar la vida en todos sus aspectos, y de este estudio formar una teoría que más tarde al ponerla en la práctica nos hará regenerar? ¿Es inmoral estudiar la vida del Maestro de todos los Siglos?

Después de impregnar nuestras mentes de sus sabias enseñanzas y de sus grandes virtudes, lanzarnos con ímpetu a practicar dentro lo que nuestro grado lo permita, lo que él practicó, amando al desgraciado, ayudando al desfallecido, enseñando al ciego y levantando al caído, ¿es inmoral nuestro pensar?

Y en el comer, ¿es inmoral el respetar la vida de nuestros hermanos animales? ¿Acaso Dios los ha creado para que el hombre los asesine, o bien los ha creado para que progresen? ¿Acaso no están dotados todos ellos aún el que nos parezca más inferior, de un alma como nosotros? Si están dotados de un alma, ¿por qué destruímos la herramienta con que tienen que progresar? ¿Es que Dios, Sabiduría Suprema no le ha dado al hombre la fruta y demás vegetales para que se alimente, viva con salud y longevidad? ¿Es inmoral nuestro modo de comer? Y en el desnudar: ¿Es inmoral poner nuestro traje natural el epidermático, en contacto con los elementos más necesarios para su vida y desarrollo, aire, sol, luz,

agua, etc., etc.? ¿A ver si ahora resulta que Dios hizo una inmoralidad al crear al hombre desnudo? ¿Es inmoral el no darle importancia a las partes genésicas, acaso no son una parte como otra cualquiera de nuestro organismo? ¿Por qué tenemos que esconderlas, si al esconderlas no hacemos más que provocar la lujuria y las más bajas pasiones, si es la causa que motiva la prostitución, la moda, mejor diría la esclavitud, la lucha de clases, la falsa moral?

Si el Desnudismo es el símbolo de la libertad, del arte y del Progreso, ¿es inmoral querer tener salud?

Yo creo que lo inmoral está, olvidándose del que sufre, del que padece hambre y del caído; inmoral es quien envolviéndose en la Ciencia llamada Espírita (o cualquier otra, pero hablo de los que se llaman espiritistas), se olvida de que los hospitales están llenos de hermanos nuestros y no tienen la mayoría de ellos quien les consuele, que a los presidios les ocurre lo mismo, que hay muchos niños sin calor paternal, huérfanos del amor, que hay muchos ancianos corroídos por la miseria, pobres parias del titulado progreso, que la humanidad se despedaza en fratricida guerra y por último que en la corteza terráquea hace falta mucha paz.

Este pensar sí que es inmoral.

Yo creo que lo inmoral en el comer está, asesinando a todos nuestros hermanos animales para comer nosotros, ya que se proyectan dos crímenes a la vez: primero, matarlos a ellos; después, al comer sus carnes, nos suicidamos nosotros ya que enfermamos al ingerir las toxinas, purinas, ácido úrico y demás venenos que contiene la carne en sí, enfermamos nuestro organismo y no podemos ser útiles a nuestros hermanos, ya que no lo somos para nosotros mismos.

Este comer sí que es inmoral.

Yo acepto que el ir vestido es una de las mayores aberraciones que padece el humano, ya que evita que por sus poros, que los tenemos por millones, al no poder transpirar por no estar en contacto con sus elementos necesarios, hagan su normal función al expeler por ellos los millares de células muertas, éstas al no tener expedito el paso por encontrarse el poro cerrado, son la cáusa de un sin fin de trastornos y enfermedades; el vestido es antiestético, ya que la moda creadora es de la vanidad, de la lujuria y de la esclavitud, estudiad mejor vuestra moral, decíais que somos una estigma para el Espiritismo, y por razón y lógica nuestra revista había de desaparecer, pues también os digo:

¡¡MACROCOSMO HA CUMPLIDO UN AÑO!!

A los próceres del oscurantismo, a los ministros del fanatismo, al catolicismo en general, visibles e invisibles, os digo, estudiad; ¿dónde están vuestros pronósticos?, ¿dónde vuestra prepotencia?, ¿no decíais que al menor soplo vuestro nos aplastaríais cual infecto reptil? ¿Acaso será porque no habéis querido molestaros, ¡ah!, bien sabéis que no es cierto, que a vosotros poder, dónde pararía el indecente libelo que vosotros decís? ¿No os dice nada todo esto? Estudiad, ¿de qué nos sirve tener en vuestras filas las mentes más cultivadas del planeta? ¿Ser los poseedores de la ciencia infusa? ¿De qué os sirve poseer la llave que abre casi todas las puertas, cierra casi todos los labios y compra a casi todas las conciencias? (el dinero).

¿Para qué tanta sabiduría? ¿Para qué tanto poder? ¿Acaso pudisteis evitar, a pesar de vuestra indignación que MACRO viese la luz de la publicidad? ¿A pesar de vuestros esfuerzos habéis podido evitar que lanzara su semilla cada mes? ¿Todas vuestras tramas, todas vuestras visitas más invisibles que visibles, a imprentas y a sitios inconfesables, han servido para evitar que MACROCOSMO cumpliera un año? ¡No!

A ti, Maestro querido, te dirijo mi saludo y te digo: que sea el amor del Increado quien dé vitalidad a tu depauperado organismo para que puedas celebrar muchos aniversarios de MACRO; absorbe vida en estos momentos de verdadera fraternidad dedicados a tu hija MACRO y transmítelas a tus cansadas células.

¡Cuánto se refuerza el alma en estos sublimes instantes ¿verdad?, qué valen todas las contrariedades, dolores y sufrimientos pasados en este año comparado con el goce incomparable que se siente en estos momentos de expansión y recogimiento! ¡cuántas son las almas que darían toda una existencia de dolor para poder pasar unos cuantos momentos como este! Todos aquí reunidos bajo el foco de luz del Increado, ¿qué finalidad perseguimos?, ¿qué aspiración es la de tus queridas

almas en este momento? Engrandecer nuestra amada MACROCOSMO, darle vida, ofreciéndole los alimentos naturales necesarios para que crezca y se desarrolle sin enfermedad, sino por el contrario, llena de salud con mucha euforia en la vida llegue a ser un Hércules del Progreso, de la Virtud y del Amor.

Yo comparo estos momentos con los que viviremos cuando nos encontremos conscientes en el espacio (no digo que al final de esta existencia, cuando seamos conscientes, allá reunidas nuestra finalidad el amor).

Antes dije tu hija MACRO: ¿por qué no he dicho nuestra hija, por algo será, no? yo acepto que en la tierra, en esta sagrada misión de padres existen muchos grados diferentes.

MACROCOSMO tiene muchos padres, sí, pero le ocurre lo de los grados, y muchos de sus padres cuántas veces se olvidan de que tienen un hijo, y, si no fueses tú, que nos recuerdas los deberes de padre a cada momento, cuántas veces nos olvidaríamos de darle los alimentos más indispensables para su vida (me refiero al decir sus alimentos, a la suscripción, venta, donativo, sorteo y veladas).

Por eso yo creo que estoy en una razón al decir tú hija MACRO; pues sólo tú dedicas toda tu vida a ella a todas horas y a todos los instantes, todos tus desvelos y afanes, son de que no le falte nada, un día el original, otro la imprenta, otro el sorteo, etc. Cuántos son los padres que no aman a sus hijos lo que tú amas a MACRO; cuanto tienen de aprender los padres de la Tierra de cuidar, de educar y muy sobre todo de amar a sus hijos.

Yo también lo he sido de padre esta vez, ¿cumplí con mi deber?, que me juzgue Dios. Pero te digo que tu acción en tal faceta, mucho me hace estudiar y de volverlo a ser mucho me tengo que modificar.

Y, por último, te digo que si bien esta existencia, Dios no te ha concedido hijos físicos, te los ha dado espirituales, a mi entender misión más difícil de cumplir; cumple, pues, con tu deber, incansable como hasta ahora, dando ejemplo constante de cómo se tiene que vivir para hacer buena labor, de esta forma no harás más que engrandecer tu obra que equivale engrandecer MACROCOSMO.

Absorbe, pues, un saludo fraternal de esta pobre alma, y con un grito de entusiasmo, que dice:

¡¡MACROCOSMO HA CUMPLIDO UN AÑO!!

Hermanos del Cenáculo, a todos sin distinción, os digo: venceremos con nuestras fuerzas mismas, si mutuamente luchamos la victoria alcanzaremos, y todos compactos haremos una obra colosal, y MACROCOSMO será nuestro amado capitolio y pondremos en un folio el amor universal, adjuntemos armonía; nuestro afán sea la paz; seamos la aurora de un nuevo día, que colme la Tierra de felicidad; amantes de la verdad, detestemos la codicia; divulguemos la igualdad; apostrofemos la injusticia; propaguemos MACROCOSMO, aurora de paz y de luz, que ha de quitar el capuz de la humanidad ignorante; estudiemos perseverantes nuestras sublimes sesiones, con mucha fe y afán constante; aprovechemos sus sublimes lecciones, no dejemos que se pierda en el ocaso lo que hoy por nuestro bien se nos da porque el mañana, al contemplar nuestro fracaso, ¡cuántas lágrimas nuestra alma verterá!

Almas del Cenáculo, apoyemos con nuestro óbolo moral y material a MACROCOSMO, seamos cual incansables apóstoles divulgando sus grandes verdades, pero siempre conscientes, siempre conscientes, y día llegará que gritaremos: ¡¡MACROCOSMO ha cumplido muchos años!!

FIN



—Lo siento, señora. Esos que usted llama «productos vegetarianos» no los tenemos.

—¿Ni siquiera frutas en conserva?

—Solamente en su estado natural, como todos los demás elementos, que es como los prefieren los vegetarianos y naturistas.

(De «Helios», de Valencia.)



La obra no es más que una charla de amistad entre los cuatro que la representan, y exponiendo cada uno su manera de sentir respecto al Cenáculo «El Progreso del Alma», dando todos su punto de mira según su manera de ver.

ACTO ÚNICO

En piena naturaleza; al empezar la obra vienen los cuatro por el fondo; F. se adelanta unos pasos y dice llamando a los demás:

F.—Venid... venid; contemplad este hermoso lugar (antes no llegan); ¡qué encantador paisaje! ¡Qué bello es!

J.—Sí que es hermoso.

M.—Es un fragmento del gran templo del Creador.

S.—¿Qué te pasa, F.? Parece que todo tu ser está vibrando como la hoja besada por el viento.

F.—Sí, momentos que sólo el alma los sabe comprender y sentir, pero, aun que los quisiera explicar no podría; no hay palabras para poder coordinar lo que siente mi ser.

J.—Yo lo adivino.

F.—Poco te ha de costar. Mas, ¡qué grande es Dios! Con su amor ha permitido que bajo este ambiente que dice: paz, puede celebrar un aniversario más; sí, aquí junto con aquellas almas que amo, aquí al lado del pastor que admiro y amo también.

Cuánto goza mi ser al poder seguir fuerte, vigorosa, con grandes aspiraciones; al verme en este día entre vosotros, acude a mi mente el recuerdo del pasado aniversario, que por estar lejos de aquí, físicamente hablando, no pude gozar de esta reunión, para mí muy querida; mas, hoy doy gracias a Dios que me permite estar a vuestro lado conmemorando otro aniversario más de la fundación del Cenáculo. ¡Ay! Qué grato me es decir uno más, y así quisiera poderlo decir durante los años que me resten de mi presente encarnación.

Y vosotros, ¿qué me decís, qué sentís en este día, que demuestra una fecha más, dentro el avance de nuestro querido Cenáculo?

J.—Sí: también siento aquel goce dulce, consolador, reparador, que da la práctica y la obra de nuestro Cenáculo; también siento en este día el deseo vivo, fuerte, de seguir, cual hormiga laboriosa que, con vivo afán, almacena y recoge lo que luego tendrá que necesitar.

Los años pasan, y por lo que yo he podido seguir en estos años dentro del Cenáculo, he podido contemplar la variación más diversa, pero siempre, sí, con el único punto de mira, el del progreso del alma, título de nuestro amado Cenáculo.

Y tú, S., ¿qué me dices respecto...?

S.—Decir, si lo supiera expresar, si yo pudiera cual artista, dibujar lo que yo siento, quizá os haría gozar al contemplarlo. También en esta fecha siento una satisfacción, pero un anhelo a la vez, sí, anhelo firme, consciente de ser cada vez

mejor aprendiz, para así graduarme y llegar a ser un buen oficial.

Nuestro maestro necesita ver entre sus almas el esfuerzo, el deseo de ser trabajadores de la obra, pues si bien no es un Jesús, un algo le recuerda en su manera de ser, pues él no quiere adoradores, mas sí trabajadores conscientes en la obra del progreso, que es amor.

M.—Así lo creo: pues, apesar de ser recién llegado, por mi manera de comprender, soy partidario de seguir la obra en vez de adorarla; no se ha de adorar, pues se ha de demostrar con la práctica que es lo más vivo y lo más real.

Grata es mi satisfacción de poder, aquí, junto con vosotros, empezar, o, mejor dicho, celebrar un aniversario de la fundación del Cenáculo; con el anhelo, con la esperanza de celebrar no uno, sino muchos y, en estos, ver labor realizada, y por tanto, semilla esparcida.

J.—¿Sabéis que podríamos aprovechar este hermoso momento, aquí, en este bello lugar, para cada uno de por sí dar su sentir, a la vez que mostrar su aspiración respecto a la obra del Cenáculo?

J.—Bien pensado... ¿Verdad?

S.—Sí, sí, buena idea.

M.—Ningún instante mejor para mostrar nuestro sentir, que será dar nuestro parecer; o sea dar nuestro amor.

J.—Tú mismo, M. ¿Qué nos dices?

M.—¡Hombre! ¿A mí me haces ser el primero de exponer, si soy el último de llegar?

Exponer uno de vosotros, y luego, a mi vez, os daré mi parecer y sentir.

S.—Tiene razón.

J.—Pues seré yo mismo; escuchad:

Os voy a hacer una muy breve y a la vez ligera exposición de dos o tres facetas que, la verdad, me preocupan de gran manera, ya que creo que de ellas depende en gran parte que los proyectos de nuestro maestro puedan llegar a cristalizarse en una gran realidad.

Bien, pero antes de entrar en materia creo que sería más eficaz, y, a la vez más conveniente, para el tema que pongo a vuestra consideración, que os dé unos detalles, los más imprescindibles, de mi llegada al Cenáculo y de mis estudios en él.

Llegué a él sin tener orientación; hoy comprendo que la ley, sirviéndose de su maravillosa obra, junto a la promesa de mi pobre alma, aquí me condujo; aquí he aprendido a creer y a pensar, a ver y descifrar problemas que no comprendía. ¿Qué impresión me produjo nuestro amado Cenáculo la primera vez que estuve en él? A fuer de sincero, os debo decir la verdad: no sentí esta sensación que muchos sienten, y que luego traducen en palabras, diciendo que han encontrado su simbólica gloria, su paraíso, y al maestro le dedican, sin conocerle, una serie de halagos y tonterías que, ¡ay!, más tarde se han de transformar, para salir de su boca pestes contra su gloria, su paraíso, al que llegaron a idolatrar; no, no fué esto lo que sentí, fué una ligera simpatía hacia nuestro maestro y, sobre todo, un gran bienestar por el ambiente que allí se respiraba; bienestar y simpatía que se han ido agrandando, conforme han ido evolucionando las cosas.

Bien: Ahora os haré gracia de las causas que me han inducido, primero, a sorprenderme, más tarde a analizar y estudiar, hoy, a formar la convicción y desear que se transforme en un mito, en una utopía, en fin, en que deje de ser.

F.—Sí, sí.

J.—En nuestra amada cátedra existe por desgracia nuestra la inercia, la abulia en una proporción bastante elevada, que abarca la casi totalidad de las almas que la componemos; producida, en primer lugar, por falta de convicción, de estudio y de espíritu analizador, y en segundo lugar, por exceso de despreocupación o de fanatismo.

Esta incapacidad que existe entre las voluntades del Cenáculo, de no saberse resolver los problemas más nimios e insignificantes tonterías, que sirviéndose nada más que de un algo de lo mucho que se nos da, lo podríamos de sobra resolver; me asfixia de gran manera.

Yo concibo, en mi pobre grado, que nuestras luchas somos nosotros los que tenemos que resolver y encontrar una solución; que es en este forcejeo como se templan las almas y adquieren una verdadera graduación.

Ahora bien; también acepto que en los casos de verdadero apuro, en que el alma se tambalea, que ha agotado todos sus recursos, es de una imprescindible necesidad, tenemos el ineludible deber de no hacerlo así, adquirimos una grave responsabilidad, de acudir al maestro y con sinceridad exponerle lo que nos ocurre, y entonces, él nos dará el rocío que reforzará nuestra alma y mente a la vez, para después estudiar sus consejos y se-

guir más fuertes si cabe; así es como concibo yo que debemos actuar, en este caso, en concreto; solicitar su concurso cuando haya una verdadera necesidad de ello; si no es así, considero que nos hacemos acreedores de una muy grave responsabilidad.

¿Acaso nuestro maestro no hace lo suficiente, y de sobra, por nosotros? Todos sus desvelos, su afán de darnos amor, ¿no es una prueba evidente de ello? Así, pues, si consagra toda su vida para nosotros; si sus mayores efectos son para sus queridas almas, ¿por qué le hacemos la vida imposible, insoportable con nuestra serie de latas e imbecilidades, que si fulano me ha mirado mal, que si zutano no me quiere? Vaya, que parece imposible que esto ocurra en nuestro querido Cenáculo. ¿Acaso creéis que él puede sentir algún goce íntimo, ni satisfacción moral, de ver que sus almas, a pesar de escuchar tanta teoría y de estar recibiendo de su ejemplo constantemente, éstas sean incapaces de servirse de su propia inteligencia? ¿Al ver que se confunden en este caso el Espiritismo con el Catolicismo, y a nuestro maestro le confunden con uno de sus ministros, dándole el papel de confesor?

M.—Dices verdad, J. Yo también me he podido dar cuenta de ello.

J.—Yo creo que el Espiritismo es lo más grande que existe en nuestro mundo, porque es la voz del Increado, pues partiendo de esta base yo creo que no tenemos derecho de hacer servir sus sanas doctrinas para nuestras más bajas pasiones, sino, por el contrario, estudiando sus filosofías, y poniendo en práctica sus grandes virtudes, haremos verdadera labor.

¡Espiritismo, cuánta sublimidad encierras en tu seno! ¡Cuánta incomprensión, fanatismo y monstruosidad recoges a cambio de ello! Egoísmo, ingratitud, y tú, ¡oh, Espiritismo!, sigues tu inmutable camino, dando amor, paz y armonía.

S.—¡Cuán grande es el Espiritismo, y qué pobre es el ser terráqueo!

F.—¿Ya has terminado, J.?

J.—No, ahora viene precisamente lo más interesante de mi pobre peroración; pero mi mente es tan rústica, tan poco cultivada, que, mucho me temo no saber ser fiel transmisor del verdadero sentir de mi pobre alma; pues bien, escuchad: Ha tiempo que buscaba este sublime instante, este bello momento en que, acompañado de almas de verdadera afinidad, en un instante de expansión pudiera expresar el sueño dorado de mi alma, mi sueño, mi vida mejor diría.

Mi vida, ¿sabéis cuál es? Es formar un grupo de almas conscientes que, dentro de nuestro grado, nos dispusiésemos a fomentar el amor y la fraternidad, por medio del estudio y de la convicción; que sin prejuicios ni convencionalismos, con un corazón muy grande y una mente bien libre, nos erigiésemos en precursores e incansables propagadores de la grandiosa obra de nuestro amado Cenáculo, y por lo tanto, ser el brazo fuerte de nuestro pastor, siendo los divulgadores de sus sabias enseñanzas y de sus sanas doctrinas por doquier, y con sencillez decirle: Maestro querido, no desfallezcas, que tu labor no cae en campo estéril, no; empieza a recoger el fruto de tu dolorosa siembra, mira y verás que lo que tú regaste con lágrimas de dolor, empieza ya a fructificar, no todo es ingratitud, fanatismo e incomprensión en tu obra, que en el Cenáculo ya hay quienes se esfuerzan en quererte imitar; absorbe la esencia de estas flores de tu jardín.

F.—¡Cuánto me emociona tu relato!

J.—Aquí es nada; escuchad y os expondré la forma en que deberían actuar los elementos de este grupo, para que cristalizase en la práctica la sublime finalidad a que aspiro.

En primer lugar, los componentes de este grupo tendrían que esforzarse en gran manera, para que la lepra del amor propio dejase de ser; pues todos sabemos que existiendo el amor propio es imposible la fraternidad.

En segundo lugar, que todas nuestras conversaciones girasen sobre lo bello, lo estético y lo depurado; que el tema de nuestros estudios fuesen el Espiritismo, el Naturismo, la música, la poesía, en resumen, el verdadero arte en todas sus manifestaciones.

Anatematizar las guerras, las políticas, las sectas y religiones absurdas y dogmáticas, el maquinismo en todas sus facetas, es decir: para terminar más pronto, toda la titulada ciencia del hombre. Pero nunca individualizar ni criticar a nadie; no juzgues ni critiques a tu prójimo, etc., etcétera, y que todos los hermanos del grupo tuvieran la autoridad moral para que, si uno cualquiera se saliera de estos preceptos, en tono de fraternidad, le dijera: hermano; ¿cómo se en-

cuentra tu compañera?, pongo por ejemplo. La cuestión sería desviarle de la crítica.

¡Ah! Se me habia olvidado un detalle, el más importante, y es que la piedra angular que motivase nuestros diálogos, fuese todo lo que se da en nuestra Cátedra, o sea la mediumnidad escribiente, parlante, la cura moral, nuestras grandes veladas, y, sobre todo, las pláticas de nuestro maestro, y más aún, en nuestra querida MACROCOSMO, y también en todas las innovaciones que tienen que venir.

M.—¡Qué bello es todo esto!

J.—Nuestro filosofar, ¿sabéis dónde nos llevaría? Pues nos llevaría a vivir mejor la vida, a estudiar en toda la creación, en ser conscientes, en amar a Dios.

Cuando un alma siente así ya, y ve que la realidad marca al revés, estudia el conjunto del Cenáculo, ve que en una plática llena de espiritualidad el alma que siente es transportada en mansiones de puro amor, en donde se satura de esencias y aromas que le son desconocidas, y ve que hay a su lado, quien duerme, quien cuchichea, habla, bosteza, etc., etc., estudia el circuito que marca el Cenáculo y se dice apesadumbrada:

Dios mío, ¡qué equivocación más grande la nuestra!, un Cenáculo incomparable, un Maestro de las mismas características que el Cenáculo; un grupo de almas que Dios acerca para que progresen, y éstas, en lugar de aprovecharse de tan útiles herramientas, se tumban a la bartola de sus comodidades, y son incapaces de servirse ni un ápice de su inteligencia, dejan que lo haga todo el pastor y bien; viene, que por ley de evolución y transformación, el maestro deja la envoltura; adiós mi dinero, todo se acabó, y aquellas almas que, de haber querido ser un algo conscientes, mucho hubieran progresado, al faltarles el concurso de aquella alma tan noble, se vuelven a la vida ultra-material, y, otra existencia perdida. ¿No es triste esto?

F. M. S.—Sí que lo es.

J.—¿No comprendéis ahora la finalidad a que yo aspiro al querer formar el grupo? ¿No comprendéis que los que formasen este grupo, podrían muy bien ser los continuadores de este gran templo de la verdad? Y, al mismo tiempo, que muchas de las voluntades que hoy son llevadas por su inercia y su abulia, al ver el ejemplo, salieran de su letargo, se diesen cuenta que su actuación ha sido pésima y que en adelante se quieren esforzar como nunca para ver si pueden el grupo engrandecer, y como éste no sería exclusivista ni en número ni en nada, ya que su mayor deseo sería, no que lo formasen solamente las almas del Cenáculo, mas si toda la humanidad.

Y, por último, ¿no os formáis una idea de lo que será cuando dejemos la envoltura y nos encontremos en el espacio?

¡Qué satisfacción más grande será para todos nosotros si hemos cumplido nuestra promesa! ¿Y al encontrarnos con el que nos señaló la pauta de cómo habíamos de vivir? ¿No os imagináis qué momentos más felices pasaremos comentando nuestras sesiones, nuestra fraternidad, y, en fin, el cumplimiento de nuestro deber?

Y nuestro querido maestro, al abrazarnos flúidicamente, con su gran amor, ¿qué sensaciones más delicadas no sentirá al ver que su esfuerzo fué premiado, comprendido y a la vez sirvió de ejemplo a su hermana la humanidad? Creedme, mi imaginación concibe este sublime momento, mas mis torpes labios no lo saben definir; imaginémonos lo más grande que podamos, y será poco, comparado en estos momentos de verdadero amor; amor de alma.

Si por el contrario, no es así, si nos hemos dejado llevar por nuestra ignorancia, y nuestra promesa se perdió. ¡Oh! No quiero pensarlo; comprendéis lo doloroso que debe ser, qué momentos más angustiosos para nuestras almas, al ver que lo hicieron tan mal. ¿Y al encontrarnos con nuestro maestro? ¡Oh! Dios mío, no, no, esforcémonos para ser conscientes luchadores de la paz, queramos ser los heraldos del amor, los sembradores de una nueva era de progreso, de virtud y armonía. Ayudemos a nuestro maestro a deshacer la lepra del fanatismo, enseñando a dónde conduce el remolqueo y a dónde conduce el estudio y la convicción; y así formaremos el grupo y gozaremos después en el espacio. ¿Encontráis algún punto en mi relato que no os dé satisfacción?

(Continuará).

No pienses mal; piensa bien para acertar, pues en el caso que no aciertes, ten presente que se debe preferir la tristeza de un desengaño al sonrojo de un mal juicio.

FERNAN CABALLERO

LOS GRANDES NATURISTAS

JUAN SCHROTH

EL FUNDADOR DE LA DIETÉTICA

V

Era la fiebre un síntoma excelente de enfermedad para acabar con ésta, según el criterio de Juan Schroth. La orina turbia, la espectoración, la transpiración cutánea, el blanqueamiento de la lengua y la pérdida de peso constituían fenómenos de significación beneficiosa. Todo enfermo sometido a los rigores de una dieta seca, ofrecía al cabo de unos días de práctica síntomas alarmantes para cualquiera que no fuese el carretero de Linderviese. Bien sabía él que el desmejoramiento aparente que en los primeros tiempos ofrecían sus enfermos no significaba, en la mayor parte de las veces, otra cosa que el preludio de su curación. Esto nos enseña que hemos de estar asistidos de la suficiente entereza, al tratar a un enfermo, cuando se presentan síntomas al parecer desfavorables, pero que en realidad representan la victoria del organismo en sus esfuerzos para restablecerse normalmente.

Ya que hemos escrito, aunque muy a la ligera, la terapéutica naturista de Juan Schroth, sus ideas patogénicas y algunos de sus conceptos médicos, como el carácter elemental que hemos querido dar a estos artículos no permite mayor extensión, para terminar esta breve biografía del fundador de la Dietética moderna, daremos unos cuantos datos acerca de su persona y del éxito mundano de sus curas.

Juan Schroth era un hombre de aspecto agradable, de rostro inteligente, más bien delgado que grueso. Al contrario de su paisano Priesnitz, sentía placer en conversar con los médicos acerca de su método curativo, y hablaba de él con tanto calor y seguridad, que insensiblemente se comunicaba a los oyentes su entusiasmo. Su frase fundamental era la siguiente: «Sólo la Naturaleza cura. Mis prescripciones únicamente tienden a dejar libre de obstáculos la tendencia curatriz de la propia naturaleza humana.» Era muy moderado en el comer y su frugalidad servía de ejemplo a sus pacientes. Cumplido el servicio militar, casó y tuvo cuatro hijos, dos varones y dos hembras, uno de los cuales continuó su obra, asistido por un médico.

En lo social, si bien tuvo en tratamiento a algunos grandes personajes, no gozó del predicamento mundano de Vicente Priessnitz, ni influyó como éste en el desarrollo de las ciencias médicas. Lo que dió fama repentina a Schroth e hizo bastante conocido su lugar de curación, fué la renombrada cura del duque Guillermo de Württemberg, que cuando contaba veintiún años y siendo oficial de los ejércitos austríacos, recibió durante la batalla de Novara un balazo en la pierna, cerca de la rodilla, para cuyo restablecimiento los famosos y variados médicos y cirujanos llamados a consulta indicaron unánimemente la amputación. Schroth curó al duque, el cual treinta años más tarde era comandante general y jefe del Gobierno de Bosnia y Herzegovina. El duque Guillermo escribió un extenso informe a la oficialidad austríaca recomendándole Lindewiese como lugar de curación, sin necesidad de intervenciones quirúrgicas, para las heridas originadas en la guerra. Otro personaje agradecido a Schroth por la curación lograda mediante sus prescripciones médicas, fué el príncipe Bariatinsky, ayudante del emperador de Rusia, que se empeñó en levantar a Juan Schroth una estatua, aun en vida de éste.

El 26 de marzo de 1856 dejaba de existir Juan Schroth a consecuencia de una enfermedad orgánica del corazón.

Siempre que en Naturismo se hable de curación de los enfermos, sin medicamentos ni operaciones, habrá que tener presente que hubo un hombre, un gran hombre en una aldehuela de la antigua Silesia austríaca, al que con justicia se ha de considerar como uno de nuestros más preclaros precursores. Siempre que se hable de dieta seca y poco albuminoidea, piénsese que fué un labrador austríaco, muy poco conocido, el que la instauró.

Juan Schroth, con Vicente Priessnitz y otros naturistas ilustres, figurará imperecederamente en la historia de la Medicina natural.

(De «Helios», Valencia) *H. G. P.-Médico naturista*

Valor terapéutico de los pimientos

1.° Los pimientos dulces son estimulantes.

2.° Son aperitivos.

3.° Tienen propiedades contra la gota y el reuma.

4.° En los casos de convalecencia febril, sirven como un gran tónico, estimulando las funciones digestivas del individuo.

5.° En los casos de parálisis tienen los pimientos muy buena aplicación. Los pimientos son de difícil digestión, y crudos más aún, por lo que deben usarse con moderación. Pero cocidos y tomando el caldo son fácilmente asimiladas sus propiedades medicinales.

Valor terapéutico de las berenjenas

1.° Son oxidantes.

2.° Son remineralizadoras.

3.° Son alcalinizantes.

4.° Son calmantes.

5.° Las hojas de las berenjenas se emplean como resolutivas.

Valor terapéutico de las zanahorias

1.° Son oxidantes y por lo tanto solubilizan y facilitan la eliminación de los malos humores.

2.° Son un gran tónico para el organismo en general.

3.° Tonifican, purifican y suavizan la piel de un modo singular.

4.° Fluidifican las heces.

5.° Son eupépticas y facilitan las digestiones.

6.° Aumentan la secreción de la leche materna.

7.° Son un alimento especial para los casos de consunción.

8.° Combaten la gota y el reuma.

9.° Son un excelente remedio contra toda clase de enfermedades del hígado, especialmente en las inflamaciones de este órgano.

10. Un caldo reconcentrado de cocimiento de zanahorias o comidas crudas en abundancia y bien masticadas, obran eficazmente contra los dolores pulmonares.

11. Crudas y bien aplastadas, en forma de cataplasma, son especiales para las úlceras abiertas.

12. Crudas, ralladas y en cataplasma, calman el dolor del panadizo, de las quemaduras y de la inflamación de los dedos.

13. Un caldo reconcentrado de zanahorias cocidas, ligeramente endulzado con miel, cura la tos, los catarros, limpia las vías respiratorias y alivia el asma.

14. En los trastornos digestivos del estómago e intestino, el caldo reconcentrado de zanahorias cocidas es calmante y normaliza la función de estos órganos de modo especial, tanto si se trata de adultos, como mejor aun si de niños.

15. Crudas, ralladas y en ensalada, constituyen un alimento especial para los estreñidos.

Valor terapéutico de la remolacha

1.° El caldo de remolachas cocidas es calmante, tónico, diurético y combate eficazmente las piedras de la vejiga, descongentionando, al mismo tiempo, las vías urinarias, de un modo especial.

Valor terapéutico de las betarragas

1.° Son atemperantes.

2.° Remineralizadoras.

3.° Son alcalizantes.

4.° Son refrescantes.

5.° Son especiales para calmar los nervios.

6.° Son especialmente indicadas en los casos de anemia.

7.° Combaten la acidosis sanguínea de modo especial.

8.° Las hojas se comen como las espinacas.

9.° Las betarragas constituyen un remedio especial para los riñones.

10. En los casos de dispepsia obran de un modo especial.

Dentro de lo posible deben de comerse crudas, pues cocidas pierden buena parte de sus propiedades medicinales.

Valor terapéutico de los rabanitos

1.° Son estimulantes.

2.° Son aperitivos.

3.° Son fuertemente antiescorbúticos.

4.° Son remineralizadores.

5.° Son fuertemente oxidantes.

6.° Tienen un gran poder alcalizante.

7.° Combaten eficazmente el reuma, gota, los cálculos y demás manifestaciones artríticas.

8.° Son eupépticos y, como consecuencia, facilitan las digestiones.

NOTICIARIO

En el próximo número, nuestra hermana Máxima, en la editorial, tratará en forma fraternal lo más elevada de que sea capaz, del congreso naturista últimamente celebrado, con el elevado fin de que sirva de estudio, y, por lo tanto, de medio conducente para la fomentación del Naturismo integral.

* * *

Ha visitado esta redacción los esposos P..., residentes hace muchos años en Buenos Aires, en donde vienen actuando dentro del Ideal espiritista con gran constancia y sin cansarse jamás en su sana labor.

Al traernos los saludos y un encargo de nuestro hermano C..., corresponsal nuestro en aquella americana ciudad, nos han hecho partícipes de sus propósitos en el presente viaje, que son los de estudiar el Espiritismo en esta y en todas las manifestaciones que puedan, para luego dar cuenta de lo estudiado a los hermanos argentinos.

Deseamos a tan entusiastas hermanos, muchos éxitos en sus propósitos en bien seguramente de muchos.

* * *

El hermano F. H. L., de Canarias, ha tenido la gentileza de remitirnos un ejemplar del «Resumen de Historia religiosa para la enseñanza laica, en forma de diálogo y de catecismo», que mucho agradecemos.

Creemos que el mejor elogio que del citado «Resumen» podemos hacer es publicarlo, lo que prometemos realizar tan pronto los apuros del exceso de original que padecemos siempre, nos lo permitan.

* * *

Nuestro querido hermano y colaborador asiduo de MACROCOSMO, M. R. D'A., de Río de Janeiro (Brasil), nos comunica la desencarnación de su querida compañera terráquea, Helena, ocurrida en la mañana del día 9 de próximo pasado julio, y nos ruega una plegaria para el alma liberta.

Con verdadero fervor hemos cumplido colectivamente la petición rogando a Dios ilumine a dicha alma hermana en su período más o menos corto de perturbación post-cárnica, a fin de que despierte a la realidad de su verdadera situación cuanto antes, cosa que creemos la Divinidad habrá concedido, teniendo en cuenta que por ley de merecimiento, así se le habrá merecido el alma que por la tierra fué ya practicante consciente y sincera del verdadero Espiritismo.

Cuanto a nuestro muy estimado hermano, no pudiendo olvidarnos de los conocimientos espíritas que profundamente posee y siente, sólo le decimos que sinceramente le deseamos le permitan hacerse superior al imprescindible dolor que estando en la carne causa la temporal separación de un ser querido.

* * *

A partir de este número, hemos modificado ligeramente las condiciones de la suscripción a MACROCOSMO, según podrá verse en la nota fija que se publicará como de costumbre en la cara interna de la primera cubierta. La reforma estriba únicamente en que la suscripción local, si ha de ser servida a domicilio, será aumentada en los sesenta céntimos de pesetas anuales que cuesta el franqueo, habida cuenta que el franqueo concertado no admite el concierto más que para los envíos a provincias. Además, en vista de que casi nadie ha utilizado en el año transcurrido la suscripción por medias anualidades, se restablece el carácter de anualidad exclusivamente, ganando el suscriptor que así obtiene rebaja en el precio de la suscripción.

9.° Combaten eficazmente la bronquitis y demás inflamaciones internas.

10. Constituyen un excelente remedio contra las erupciones cutáneas.

11. Cociendo los rabanitos con hojas y tomando el caldo, combate los catarros, cura el resfrío y es especial para tomar en todos los casos de fiebres, obrando poderosamente como oxidante y expulsante de los humores mórbidos.

(De «Naturismo Eutrofológico».)



—Caras me parecen sus lecciones, señor profesor. ¡Esto es abusivo!

—¡Ah, mi amigo! La enseñanza de la ciencia de la Trofología no se paga con ningún dinero...

(De «Helios», de Valencia.)

Recibimos hace algún tiempo un ejemplar del «Estudio sobre la Naturaleza del cuerpo que el Cristo revistió en su paso por este planeta en su misión terrestre, según las Escrituras, las obras de Kardec, la obra llamada de Rustaing» y «La Vida de Jesús dictada por él mismo».

Prometemos al hermano J. B., autor de tal «Estudio», publicarlo en MACROCOSMO así que nos lo permitan los agobios de original, con el fin que tema tan interesante se divulgue y se discuta, ya que de la discusión sale la luz, y, además, se obtiene hacer fijar la atención de muchos en los temas espíritas y que un algo estudien en los mismos, según su individual capacidad.

* * *

Hemos recibido la visita de «Renovación», de Méjico, mensuario que se edita escribiéndola tal como se pronuncia al hablar.

A nosotros no nos asusta ni nos hace reír, la rotura de molde o rutina alguna, siempre que la innovación tenga por base algo lógico y beneficioso para los humanos, y no hay duda que el día que se consiga escribir los idiomas tal como se pronuncian, se habrá dado un paso de gigante hacia la verdad y sencillez, con el consiguiente ahorro de tiempo y también un algo de vanidad.

* * *

Con el presente número inauguramos la reforma del mejor papel de las cubiertas, y la página suelta desnudista para poder formar el álbum desnudista pedido por muchos.

* * *

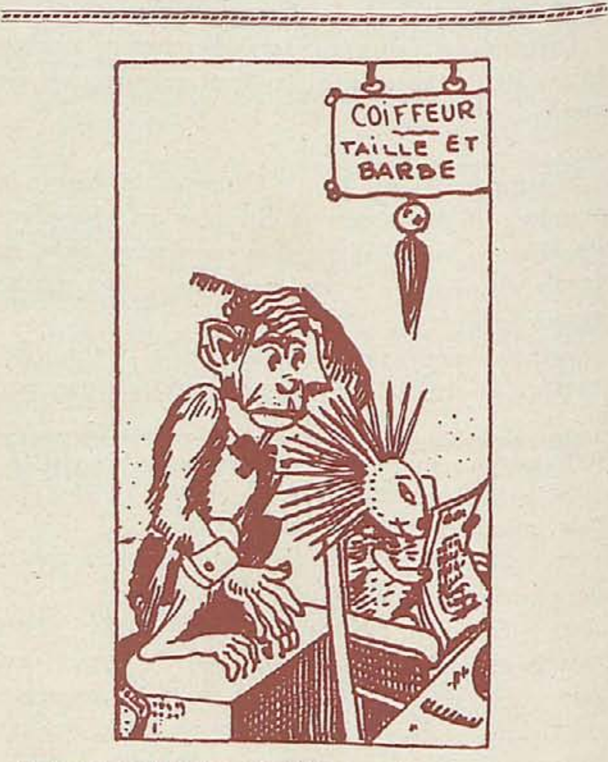
A petición de muchos de los asistentes a la excursión aniversaria que un algo detallamos en otro lugar de este número, y de otros que no habiendo podido asistir desean conocer la sentida y sincera «Charla» representada, publicamos aquella porción de la misma que nos permite el aflujo de original que hemos de atender, prometiendo a todos que se publicará íntegra en dos o tres números, para que la puedan estudiar, meditar y conservar como a recuerdo de un momento vivido en este mundo de los que caen pocos en libra, desde luego que por falta de merecimiento nuestro.

* * *

Suscripción pro - MACROCOSMO. — Suma anterior: 1.875'05 pesetas; M. B., 5; Una floreta, 1; G., 2; A. G., 1'05; A. N., 1; D., 0'70; M. G., 1; M. U., 0'50; F. E., 7; R. G., 1'40; J. S., 5; M. Y., 2; S. B., 1; R. S., 1; Atomo, 2; F. Ll., 2; Suaig-Suaig, 25; Mari-Luz, 10; Gandi, 5; Mesa, 2. — Total, 1.962'20 pesetas.

Hay revistas que se titulan naturistas, y se han creado con el único fin de propaganda de las casas llamadas de específicos naturistas. Por esto al hojearlas se les ve seguidamente el latón pues son un contínuo anuncio de los antinaturistas productos que dichas casas expenden, haciendo buena a la farmacopea alópata en general.

Las firmas de los llamados médicos naturistas que en dichas revistas aparecen al pie de artículos más o menos naturistas, que de todo hay, pretenden ser el pabellón de garantía que encubra, ante los neófitos incautos, la averiada mercancía que se quiere expender. "Macrocosmo".



El mono barbero: —¿Qué va a ser?
El puerco espín: —Una fricción de Quina.
—¡...!

(De «L'Illustrée».)

por 100 de las enfermedades actualmente conocidas; el papel de los intestinos durante el ayuno es más bien pasivo.

MIS TRES AYUNOS PROLONGADOS

Por primera vez en mi vida ayuné hace catorce años al escribir el libro «El nuevo hombre», en que yo trataba sobre los diversos sistemas de alimentación. Había leído entonces en el libro de Metchnikoff que ayunando voluntariamente, el hambre se sientè sólo durante las primeras veinte horas. A fin de averiguarlo, me puse a ayunar. Para sorpresa mía, las palabras de Metchnikoff quedaron en mí comprobadas. Entonces prolongué el ayuno diez días seguidos, y a continuación repetí el experimento varias veces, aunque nunca más de tres—cinco días, pero de la literatura yo reunía todo lo que aparecía en idiomas europeos acerca del ayuno, de manera que me familiaricé bien con los datos generales de la ciencia sobre esta cuestión, lo cual me ha resultado ahora, naturalmente, de gran utilidad.

Ayunos prolongados los realicé tres: de 39, 21 y 37 días, respectivamente. Todos ellos tuvieron lugar en el transcurso de nueve meses, aquí, en Belgrado. Muchos me preguntaron sobre la causa que me había inducido a repetir mis ayunos a intervalos tan breves. Una pregunta muy acertada, porque el ayuno voluntario difiere en todo del forzoso: es diferente tanto su psiquis, como la física de sus fenómenos.

Mi primer ayuno lo llevé a efecto (39 días) en un ambiente, tanto moral como físicamente, muy difícil, (21 días) lo interrumpí sólo porque con una gran caminata en tiempo malo (marzo húmedo, frío, ventoso) excité imprudentemente mis nervios y provoqué manifestaciones de neurastenia (desdoblamiento de la vista), las cuales me indujeron a interrumpir el ayuno en su mitad. El tercero (37 días) lo empecé de entrada bajo fiscalización clínica, para ofrecer a los hombres de ciencia la posibilidad de contemplar con sus propios ojos los fenómenos del ayuno prolongado y, una vez verificados, aplicarlos a la cura de sus pacientes, a efectos de su restablecimiento y, para muchos, hasta de su salvación. La sensación más dolorosa de mi primer ayuno fué la provocada por el hecho de que en la sala separada de la mía por una pieza se iba muriendo lentamente un enfermo ata-

y se curó por completo, a pesar de haber sido abandonado ya por la medicina. El otro, que tenía cálculos en los riñones, quedó igualmente restablecido, no obstante haber asegurado los médicos que le hacía falta una intervención quirúrgica.

Tras de haber comprobado todos esos hechos, así como muchos otros, que no tengo tiempo ni lugar para comentar aquí, concebí la idea de editar este libro, cosa que hago ahora con la autorización del autor. Los provechos que sacarán los lectores de la obra en cuestión los inducirán, sin duda alguna, a darle las gracias a Alexey Suvorin, su autor, uniéndolas a las mías.

No dudo de que el lector instruído no despreciará esta obra por ser su autor persona "no diplomada", sabiendo que las ciencias positivas más importantes, como la física, la mecánica, etc., contaron entre sus mejores guías con personas no diplomadas en las ciencias correspondientes, como por ejemplo, Galvani, Franklin, Edisson, y Zeppelin. Es cierto que esas ciencias se burlaron primero de las figuras eminentes arriba mencionadas por faltarles los diplomas correspondientes, pero, con todo eso, se vieron luego obligadas a reconocer sus méritos y tomarlos por guías.

Lo mismo sucedió en la medicina escolástica oficial, que se burló desmesuradamente de Vicente Priessnitz por "no estar diplomado en la medicina"; pero nadie ignora ahora que Priessnitz, ese aldeano austriaco, ya ha revolucionado al mundo con sus notables curaciones, gozando de fama mundial en el seno de las academias de medicina de los países más civilizados. Otro tanto ocurrió con Kneipp, Kukne y muchos otros, que fueron perseguidos por la medicina por "no estar diplomados" y sin embargo poseen actualmente un renombre mundial indiscutible, teniendo alumnos y sucesores entre los mismos médicos diplomados. Cuantos establecimientos curativos hay hoy día en Europa que llevan el nombre de esa gente "no diplomada", lo sabrá el lector instruído. Así, la verdad no necesita de diplomas, puesto que se los substituyen sus virtudes fructíferas. Lejos de fomentar la aparición y actividades de los curanderos ignorantes, sólo quiero decir que la medicina no debe despreciar las ideas abonadas por hechos verdaderamente maravillosos, únicamente por traer su origen de hombres no diplomados en medicina, pero sí estudiosos.

Creo firmemente que la medicina está basada, y debe estarlo, en la experiencia, conforme al refrán árabe que dice: "Pregunte a un experto y no a un médico". Esto no quiere decir, naturalmente, que los árabes despreciaban la medicina, sino que significa que a la faz práctica de la medicina le atribuían mayor importancia que a su faz puramente teórica. Y como esta obra está llena de experimentos, y cada una y todas las afirmaciones contenidas en ella han pasado por el severo examen de la práctica, no pueden caber dudas en cuanto a la eficacia del método que preconiza. Por eso, si el lector sabe aprovecharlo debidamente y saca de él lo que es bueno y útil para su bienestar en general, ello será la mayor satisfacción para mí en la publicación de esta obra.

Buenos Aires, enero 1931.

MONSEÑOR MIGUEL JALUF



Monseñor Miguel Jaluf, traductor de esta obra, antes y después de practicar el ayuno

La Curación por el Ayuno

MI DESCUBRIMIENTO

El célebre fisiólogo ruso, profesor I. P. Pavloff, en quien el mundo venera ahora al sucesor indiscutible del gran Pasteur al frente del progreso de la fisiología, al oír en una reunión pública ponderar sus obras y descubrimientos, declaró: «Pero, queridos compatriotas, yo significo aquí menos de lo que ustedes afirman. Ha llegado a mis manos un pequeño hecho de la existencia del organismo viviente; un pequeño hecho nada más. ¡Todo el resto se hizo solo!»

A mis manos también vino a parar «un pequeño hecho» de la vida del organismo humano, hecho completamente nuevo, inadvertido hasta ahora por el hombre, pero que lleva a un camino completamente nuevo a toda la inmensa ciencia de la medicina práctica, dándole al mismo tiempo un nuevo recurso en la lucha con las enfermedades, recurso de ilimitado poder e infinitamente variado en su aplicación.

A continuación yo no ofrezco mis propias nuevas explicaciones de los hechos generalmente conocidos. Yo doy—y lo subrayo—hechos completamente nuevos, así como nuevas generalizaciones, y ruego a los especialistas que determinen su exacta significación, por el bien de muchos centenares de millones de la humanidad enferma.

El hecho principal de mi descubrimiento es el siguiente: durante el ayuno—cuando éste es completo y voluntario—el estómago, de un órgano que recibe la alimentación, se convierte en otro que elimina del organismo toda clase de resíduos; juntamente con éstos es arrojado también el 95